

Tartalom:

Bevezetés
Rövid hírek, információk
Programok
Beszámoló konferenciákról
Tanulmányok
Egy kis pszichológia...
Jó tudni
Olvasónapló
Könyvajánlat
Idézetek

Bevezetés

Az elmúlt hónapban konferencia-dömping volt. Igyekeztünk elmenni egy-két számunkra is érdekesebbre és elérhetőre. Ezekről most beszámolunk. Tanulmányokat is közlünk, ezúttal talán kicsit szokatlan témákról lesz szó mindkét dolgozatban (milyen véletlen, hogy a múltkori szupervízió esett szó hasonlókról). Tél előtt gyakrabban előkerülnek olyan kérdések, mint hajléktalanság és az otthonnal bár rendelkezők, de mégis nehéz anyagi helyzetben lévők szociális ellátásáról. Mindkét problémával foglalkozunk ebben a számunkban, ami 1 éves születésnapját azzal ünnepli, hogy megpróbál minél hamarabb az olvasók kezébe kerülni.

Debrecen, 2000. november 1.

Rénes László titkár

Rövid hírek, információk

- Az **Áldozatvédelmi Iroda** új helyen: a Vármegyeháza u. 9. szám alatt van. A rendőr főkapitányság és a megyei önkormányzat közösen működteti tavaly óta, de eddig a rendőrség épületében voltak a fogadóórák. Az illetékesek úgy gondolták, hogy egy ilyen szolgáltatásnak jót tesz, ha nem a rendőrség falai közé kell menniük az ügyfeleknek. A szolgáltatásuk bővült ingyenes jogi tanácsadással, ill. az iroda ezentúl kapcsolatban áll karitatív szervezetekkel is, akik esetleg többet tudnak tenni magukért a kliensekért. A fogadóórák kéthetente hétfőnként, 8-12-ig vannak.
- Hazánkban először ISO 9002 nemzetközi minőségtanúsítványt a szociális-mentálhigiénés "szférában" a FORRÁS szerzett. Ebből az alkalomból tartottak ünnepséget, ahova meghívót kaptunk mi is. Berényi András az egyesület elnöke beszédében kitért arra, hogy a kliensek érdekében fontos együttműködniük a különböző szervezeteknek, s ők továbbra is készek arra, hogy szolgáltatásaikat megújítsák, színvonalasabbá tegyék. Ehhez viszont szükség van a visszajelzésekre: a kliensek mellett a kollégák kritikájára is nyitottak.

- *A Humán Fejlesztők Kollégiuma Regionális Forrásközpont* 2000. november 14-16-a között konferenciát szervez: *Európai partnerség a szociálpolitikában* címmel. A három nap alatt főként az Európai Unió szociálpolitikájáról, az integráció kérdéseiről, a civil szervezeteket érintő integrációs változásokról (pl. szolgáltatások vagy a finanszírozás körében) és a minőségbiztosítás fontosságáról lesz szó. Neves szakemberek tartanak előadásokat, többek között: Budapestről Kéri László politológus, Szalai Júlia szociológus, Zám Mária, Csoba Judit és Pataki János szociológusok a Debreceni Egyetemről.
- *A Forrás Leiki Segítők Egyesülete és az Ifjúsági Drog Ellenes Alapítvány* 2000. november 30-a és december 3-a között konferenciát szervez: *Modellek a drogmegelőzés területén* címmel. A konferencia helyszínei a Víg Mozi és a Bethlen Gábor Szakközépiskola lesznek. Előadást tartanak mások mellett: Bagdy Emőke professzor, Topolánszky Ákos a kábítószerügyekért felelős helyettes államtitkár (ISM), Kály-Kullai Károly és Csernus Imre pszichiáterek, Varga Éva klinikai szakpszichológus. A konferencia erősségének tűnik, hogy a 4 nap alatt összesen 10 szekció lesz, tehát mindenki találhat magának érdekes témát tárgyaló szekciót. /Jelentkezési lapot kaptunk, lásd a faliújságon! /
- A 2001. évet az *Önkéntesek Nemzetközi Évé*-nek nyilvánította az ENSZ közgyűlése. Érdekes lenne ezt "kihasználni", s ebből az alkalomból a nyilvánosság felé több jelzést adni az önkéntességről, a munkánkról.
- A Forrás Családsegítő és a Rév Szenvedélybeteg-segítő Szolgálat tájékoztató-tanácsadó füzeteket adott ki az alkoholizmus és drogfüggőség témakörökben. Egyelőre öt füzet jelent meg (címek: A serdülők és a drogok, A gyermekek és drogok, Az alkoholizmus hatása a gyermekekre, Alkoholizmus a családban, Kodependencia: társfüggőség), amelyekből szolgálatunk is kapott egy-egy példányt.

Programok

2000. november 3.	péntek	15:30 - 18:30	
szupervízió			
		14-15:30 és 18:30 - 19:30	egyéni
szupervízió			
2000. november 13.	hétfő	18 - 21	esetkonzultáció és megbeszélés
Következő hónap:			
2000. december 1.	péntek	15:30 - 18:30	
szupervízió			
		14 - 15:30	egyéni szupervízió
2000. december 11.	hétfő	18 - 21	
esetkonzultáció és megbeszélés			
2000. december 18.	hétfő	18 - 21	
stáb			

Beszámoló konferenciákról

A Debreceni Drogambulancia megalakulásának 10. évfordulóját ünnepelte, s ebből az alkalomból tartott tudományos konferenciát október 17-én, a Kenézy Kórházban. Sajnálatos módon - a meghívóban feltüntetett - elismert szakemberek közül Degrell

István és Gerevich József professzorok, ill. Kály-Kullay Károly mentálhigiénikus nem tudtak eljönni előadást tartani. Ettől függetlenül nagyon színvonalas konferencián vehettünk részt, sok, érdekes, jól interpretált előadásokat hallhatott az érdeklődő. Az alábbiakban szeretném ismertetni a

programot, s az általam érdekesebbnek ítélt előadásokat egy kicsit részletesebben ismertetni:

Topolánszky Ákos (ISM helyettes államtitkára) először a hazai kábítószer-helyzetről beszélt:

1996-ról 1997-re duplázódott a regisztrált drogfogyasztók száma. Ez a drasztikus emelkedés azóta is folytatódik. A kábítószerrel való visszaélés, mint bűncselekmény elkövetés is egyre több. 1995-1999 között két és fél szeresére emelkedett a tizenévesek drogfogyasztása. Az új törvények szigorúbban járnak el a droggal való kereskedéssel szemben, bár a droggereskedelem már az évtized elején-közepén kialakult.

Az előadás nagyobbik része a prevencióról szólt:

A problémakezelés hatékonysága nem akkor jó, ha a krízis környékén történik, hanem ha jóval hamarabb; ezért természetes, hogy a prevencióra egyre nagyobb hangsúlyt kell fektetni. El kell érnünk, hogy társadalmi szinten képesek legyünk kezelni ezt a kérdést, de elsősorban a helyi közösségek tudnak a probléma ellen tenni. A prevenció fogalmazása szerint: szakma és szemlélet, ill. tudás és részvétel.

A feladatok több szinten adóttak:

- társadalmi szint,
- közösségi együttműködés,
- prevenció,
- kínálatcsökkentés.

A megelőzési rendszer is többértű:

- szenzitizáló programok,
- iskolai és közösségi programok,
- média programok,
- szabadidő/sport programok,
- hiteles modell típusú programok,
- integrált programok (kutatás/tervezés/kiértékelés).

A megelőzés szinterei:

- a család, ami érték- és mintát közvetítő közösség,
- az iskola, ahol holisztikus szemlélettel kell a munkát végezni, be kell vonni a családokat is, nagy hangsúlyt kell fektetni a készségfejlesztésre, a drogprevenció mellett a kortársak és a média hatásaival is foglalkozni kell.
- egyéb (pl. munkahely, egyházi közösségek, katonaság, gyermekvédelmi intézmények, média, szabadidős tevékenységek szinterei stb.).

Dr. Kassai Farkas Ákos főorvos a szocioterápiás lehetőségeket ismertette. Kiemelte, hogy minden humán tevékenységben, társas kapcsolatokban működnek szocioterápiás elemek, ha a kreatív önmegvalósítás szociális tanulás útján képes kiteljesedni. A szocioterápia mindenekelőtt a rehabilitáció legfőbb eszköze. A szocioterápia alkalmazható járóbeteg és fekvőbeteg ellátásban is. Célja, hogy hatékony, tájékozott, szocializált egyén

kerüljön ki a terápiából, aki vissza is tud illeszkedni a külvilágba.

- A szocioterápia jellemzői:
- medicinális szempontból kiegészítő jellegű,
- pszichoterápiás eredmények elmélyítésére alkalmas,
- humán-tevékenységek, melyek a személyiség kibontakozását szolgálja,
- hierarchikus viszony helyett partnerkapcsolat.

Az előadó szerint fejleszteni kellene az intézményi hátteret, újabb ellátási formák költségkímélőbb megoldások lehetnek (pl. nappali kórház, gyógyító célú foglalkoztató, védett szállás, védett lakás, védő munkahely, átképző intézmények stb.).

A szocioterápia főbb fajtái:

- munkaterápia
 - a munkaképesség visszaállítását célozza,
- foglalkozás-terápia
 - élménycentrikus, kreatív-alkotó erőket fejlesztő, az individualitást preferáló; formái lehetnek:
 - a kreatív és művészeti terápiák, (de passzív művészet-terápia is),
 - zeneterápia (szintén aktív és passzív formában),
 - biblioterápia (irodalmi művek feldolgozása)
 - színjátszás-terápia,
 - mozgásterápiák (pl. tánc, pantomim, gesztus stb.),
 - játékkerápiák (jellemzője: az öröm, élmény, feszültség-oldás, kapcsolatteremtés, készségfejlesztés),
 - kombinált foglalkozásterápiák.
- a szociális készségek terápiája
 - célja pl. az önálló életvitel elérése, az énérvényesítés stb.

A terápiás közösség alapelvei:

- nondirektív,
- tolerancia,
- közösségi szellem,
- realitáselv.

Terápiás közösség szinterei:

- nagycsoport
 - központi fórum, ahol minden probléma felvethető,
- milióterápia
 - lényege: alkalmazkodás, mások érdekeinek elfogadása stb.
- napirend.

Dr. Oláh Róza főorvos a devianciák kialakulásáról, a család elsődleges minta-szerepéről, a már gyerekkorban észrevehető deviáns jegyekről foglalta össze mondandóját. A veszélyeztetettség kísérleti prognosztikai skáláját fólián mutatta be. Ezek a következők a családi háttér szempontjából:

- átlag alatti jövedelem,
- átlag alatti lakáshelyzet,
- átlag alatti kulturális színvonal,
- alapvető életformaváltás,
- ideg- és elmebeteg a családban,
- deviancia a családban (bűnözés, alkoholizmus, öngyilkosság stb.).

A családstruktúra deformációi is jellemzőek:

- csonka család,
- újrarázasodó szülő,
- partnert gyakran változtató szülő,
- hányatott életsors,
- intézetben nevelkedés.

A főorvosnő megfigyelésekre alapozva elmondta, hogy a (majdan) problémás gyermekeknél sokszor tapasztalható, hogy a szülők nagyon keveset beszélgetnek velük. A verbalizálás gyakran csak fenyegetés, szidalmazás, tiltás vagy panaszkodás. A hajlamosságot a devianciákra "bejósolni" sok-sok jelből lehet, ezek közül néhány érdekesebb:

- unatkozó, önmagával nem tud mit kezdeni,
- koravén attitűdök,
- anyagiasság,
- kompromisszumok elvi, verbális elutasítása,
- agresszív viselkedési ideál,
- hangoztatott fatalizmus,
- cinizmusság vagy közönyösség,
- tárgyatlan becsvágy, bármiféle személyes siker erőltetése,
- túlhajszolt függetlenségigény, a kapcsolódás igényének tagadása,
- sivár társ kapcsolat,
- impulzív reakciók,
- rossz frusztrációs tolerancia,
- vandalizmus dachból, versengésből vagy csoporthatásra,
- infantilis csabulékonyság, sodródás.

Dr. Máté Valéria pszichiáter, ambulanciavezető a Drogambulancia munkájának 10 évét tekintette át rövid beszámolójában. Statisztikai adatokat láthattunk, amiből megtudhattuk, hogy mikor hány klienst és hozzátartozót fogadtak, egy-egy évben mennyi volt a terápiás ülések száma, ill. a drogok használatáról is kirajzolódott egy-két tendencia. Az elért eredmények mellett a jövő feladatairól is beszélt. Fontosnak érzi, hogy bevezessék a szupervíziót, a tudományos tevékenységek növelését, ill. integrált pszichoterápiák alkalmazását.

Varga Éva klinikai szakpszichológus a motiváció jelentőségéről szólt. Nagyon sajátos motivációs rendszerről van szó, hiszen már a betegség is nagyon sajátos, specifikus. A motiváció kialakulását sok tényező befolyásolja: pl. a függőség-vágy-visszaesés komponensek, de a kliens kialakult képe magáról és a droggal való viszonyáról is befolyásoló.

Általában először nem is a leszokás motivál, hanem a külső erők (beilleszkedési zavarok, egészségi állapot romlása, a környezet ráhatása stb.).

A leszokás felé terelő tényezőket mindig tisztázni kell: miért éppen most kér segítséget, mit vár a kliens a terápiától. Lehet, hogy csak egy "gyengébb" drogra akar áttérni, ebben motivált a kliens, s nem a teljes absztinenciában. Éppen ezért közösen kell a klienssel megtervezni a terápiát.

A motiváció alakulása függ a kliens-terapeuta kapcsolatától, a megtervezett terápiától is. A kapcsolati kínálatnak és elvárásnak tehát mindig szinkronban kell lenniük egymással.

Fontos része a terápiának az intézményi keretek betartása, hiszen a kliensekre jellemző, hogy feszegetik a határokat, kereteket, korlátokat, szabályokat. A szabályok, a rendszeresség viszont biztonságot is ad.

A drogos mintáktól való távolodás is erősíti a motivációt. A felelősség fokozatos áthárulása a kliensre szintén a motivációt segíti.

A motivációk kialakítása a közös küzdelem gyümölcse.

A terápiába delegált kliensnél (hozzátartozók által, ill. rendőrségi eljárás alatt állók) is ki lehet alakítani a motivációt.

Dobi Mária mentálhigiénikus a szenvedélybetegség és a család kapcsolatáról mondta el tapasztalatait; *Simonné Kiss Mónika szociális munkás* az ambulancia egyéni és csoportos szociális munkájáról számolt be. Munkája során tapasztalja, hogy az exploráció során a pszichés diszfunkciókra is fény derül. *Kovács Károly klinikai szakpszichológus* egy sikeres "esetet" ismertetett, ahol több visszaesés kapcsán folyamatosan tartotta a kapcsolatot a klienssel, s most már nem kell tartani a visszaeséstől.

Az előadások után kerekasztal beszélgetés volt, amelyen a következők voltak a résztvevők: *Dr. Szabó Ágnes ügyész* (Városi Ügyészség), *Dr. Glaub Teodóra pszichiáter* (Pszichiátriai Tanszék), *Varga Attiláné* (Családsegítő és Gyermekjóléti Szolgálat és Módszertani Központ), *Pallag István tanár, ifjúságvédelmi felelős* és a házigazdák részéről Kovács Károly és Máté Valéria. A beszélgetés első felében a jogi szabályozások kérdőjeleiről szóltak többen is. Az ügyésznő elmondta, hogy a Btk. módosítása után élesebben szétválasztották a kereskedelmet és a fogyasztást. A fogyasztók büntetésénél a büntetés végrehajtása "kiváltható" a gyógyíttatással. Nagyon érdekesen zajlott továbbiakban a beszélgetés, mert az interakciók folyamán egyre inkább távolodott a drogtól, inkább csak kiindulópont volt, s főként a családi és az iskolai problémák jelentek meg a hozzászólásokban. Máté Valéria meg is jegyezte, hogy a terápiák is hasonlóan alakulnak: a drog mögül mindig felszínre törnek a családban és az iskolában háttérben megbújó gondok.

A RÉV Szenvedélybeteg-segítő Szolgálat október 18-án kerekasztal beszélgetést rendezett "Az egészségügyi és szociális ellátás együttműködési lehetőségei a szenvedélybetegek ellátása területén" címmel. A beszélgetésre két szociálpedagógus és pszichoterapeuta érkezett Németországból, a Passau-i Pszichoszociális Tanácsadó munkatársai: Walter Jonas és Bernhard Tischlinger. A külföldi vendégek ismertették a szervezetük munkáját, szolgáltatásait, ill. a náluk működő intézmények közötti kapcsolatrendszert. Walter Jonas elmondta, hogy intézetük nagy hangsúlyt fektet arra, hogy a betegek érdekében a lehető legtöbb szakterülettel szoros kapcsolatban legyenek (pl. kórházak, házi orvosok, szakklinikák, szociális irodák, munkaközvetítők, bíróságok, javító-nevelő intézetek, iskolák és munkaadók). A kezdeményezésük eredménye, hogy 12 éve rendszeresen munkacsoportban találkoznak a különböző területek képviselői.

A nekünk szokatlan példa, hogy a tanácsadó a munkaadókat is megkeresi, ezzel is segítenek betegeiknek abban, hogy ne veszítsék el munkahelyüket. Arra még nem volt példa, hogy a sikeres terápia után munkáltató ne vette volna vissza a dolgozóját! Iskolákkal - egyes hazai kezdeményezésekhez hasonlóan - prevenciós kapcsolatban állnak: munkatársaik rendszeresen járnak a diákoknak órákat és beszélgetéseket tartani.

Passauban és 40 km-es körzetében 3 kórház működik. A szervezetük képviselői rendszeresen látogatják ezekben a kórházakban a betegeket, felajánlva a kórházi kezeléseik után is a segítséget. A betegektől engedélyt kérnek, hogy a házi orvosukkal együttműködhessenek. Nagyon fontosnak tartják a házi orvosokkal a kapcsolatot, ami náluk nagyon jól működik.

Az ambulanciájukon átlagban 6 hónapig tart a terápia az alkoholbetegeknek. A drogfüggőknél pedig nem ritka a 3-4 éves kapcsolat. Az alkoholisták közül, akikkel legalább 5 alkalommal találkoztak kb. 40%-uk lesz absztinens. A drogfüggőknél viszont azt is eredménynek érzik, ha rendszeresen eljárnak a terápiára. Az ambuláns kezeléseken évente kb. 600 beteg fordul meg, akikből 50-60 főt küldenek szakklinikákra. A hét különböző napjain 5 féle önszűkítő csoportot tartanak.

Bernhard Tischlinger szerint nekik nem azzal kell foglalkozniuk, hogy a beteg pl. mennyit iszik, hanem az okokat kell közösen megkeresni; pl. miért a droggal vagy az alkohollal "jutalmazza" magát, tehát, mit vár, keres (ellazulást, megkönnyebbülést, szorongások oldását, esetleg a problémákat így jobban ki tudja kerülni stb.). Ezeknek a kérdéseknek a megválaszolásával a terápia típusát is megválasztják (viselkedésterápia, családterápia stb.). Az intézményükben mindenki rendelkezik valamilyen terapeuta végzettséggel.

Németországban is a betegek 95%-a külső nyomásra kezd el foglalkozni az alkoholproblémájával. A szenvedésnyomást az ún. szociáliskároktól való félelem is megerősíti (pl. munkahely elvesztése, válás, a család elfordulása, anyagi lecsúszás stb.). Ezeknek a tudatosítása a kliensekben a motivációt is erősíti. Figyelmet fordítanak az ún. társfüggőség problémájára is. Minden függő mellett lehetnek/vannak társfüggők (pl. feleség, aki elnézi az ivást, kollégák, akik helyette megcsinálják a munkát). Sokszor a gyógyulást ezek a hozzátartozók hátráltatják. Mindamelllett ők is lehetnek "visszaesők", akár szomatikus problémák jelenhetnek meg náluk.

A tanácsadó nemcsak alkohol- és drogfüggőkkel foglalkozik, a klienseik mintegy 20%-a étkezési zavarokkal küszködő. Náluk 10 bulimiára 1 anorexia nevroses eset jut. Ambulánsan nagyon nehéz ezeket a betegségeket kezelni, ezért minden második kliensük be kerül kórházi ellátásba.

A vendégek megerősítik, hogy fontos az egészségügyi és a szociális szféra együttműködése, mert minden esetben a beteg hatékonyabb ellátását eredményezi az összefogás, s az egyes területeknek kevesebbe is "kerül" a beteg gondozása (pl. rövidebb időt vesz igénybe a fekvőbeteg ellátás). Az igazán gyümölcsöző együttműködések hosszú évek alatt alakulnak ki, ezalatt tud kialakulni a munkakapcsolat, az egymás munkáját megillető tisztelet.

Németországban is szükség van a hatékonyság növelésére, hiszen kb. évente 2 ezer ember drog hatása miatt és 80 ezren pedig alkohol okozta problémák miatt veszti el az életét.

A következő beszámoló nem konferenciáról szól, hanem a *Zöld Ág Mozgó Krízis Szolgálat* október 24-ei stábján elhangzottokról, a debreceni hajléktalan-ellátásról. A stáb meghívott vendége volt az *Egy Ház Alapítvány* munkatársa, *Kassai Imre*, aki az idei tél hajléktalangerendje tervezetéről számolt be:

A Wesselényi utcán továbbra is 50 főnek van krízisszállás (ezt szokták éjjeli menedékhelynek nevezni), de a fagyos teleken mindig szoktak "pótágyakat" rendszeresíteni. Jelenleg itt van betegszoba is. A Dobozi utcára "beesni" az utcáról nem lehet, itt 30 főnek biztosítanak huzamosabb időre szállást. A hajléktalanok krízisszállását a köztudatban még mindig a Dobozi utcára teszik, pedig innen elküldik az egy-egy éjszakára meghúzódnak akarókat.

Ez nagyon kevés egy ekkora városnak, s köztudott, hogy a téli időszakra vidékről is a nagyobb városokba húzódnak az otthontalanok. Ennek az az oka, hogy tavasz és ős között vannak vidéken olyan mezőgazdasági munkák, amit rájuk tudnak bízni, és a csekély juttatás mellett még egy-egy ócska kamra is akad szálláshelynek. Innen szorúlnak ki aztán télen. A másik, hogy a nagyváros kukái mindig tele vannak "értékekkel" és élelemmel, de a talált üvegek és a nagyboltok hulladéka, a kartonpapír is elég jól jövedelmez (a téli fagyoskodás nem viselhető el alkohol nélkül, ami viszont pénzbe kerül).

Kassai Imre szerint most már kevesebben húzódnak meg az erdőben, többen szeretnek bent, a városban

(pl. parkokban) éjszakázni. November 15-e és március 31-e között újra fogják indítani a teajárataikat. Ennek hétfőtől szombatig a következő helyeken vannak az állandó állomáshelyeik: 17 óra után a Tócskerti piac melletti területen kezdenek, 17:45-kor a Délibáb Áruház (Shopping Center) parkolójába mennek, majd onnan az Attila térre 18:30-ra érnek. Az utolsó helyre 19 órakor érkeznek, ami a Nagyállomásnál, a Raktár utca és Ispotály utca kereszteződése. A szakember elmondta, hogy tavaly a lakosság nem mindenütt volt megértő, így a mostani állomáshelyek már a kompromisszumok terhe alatt alakultak ki. Általában mindenhol 40-50 ember várja őket, akiknek a kb. harmada nem hajléktalan, hanem szegénységben élő öregek, nyugdíjasok. Természetesen őket sem küldik el, mindenki megkapja két felvágottas zsömlét a meleg teával. Talán az evangélikus egyház pedig a vasárnapokon biztosítaná a teajáratot, de ez még nem biztos, mert konkrétan még nem egyeztettek velük.

Minisztériumi pályázat kedvező elbírálása esetén még lehetséges 20 főnek biztosítani szállást az Egyetem sugárúton, a régi munkásszállás helyén működő szállodában. Itt azonban valószínűleg olyanoknak biztosítanának szállást, akik hajlandók bizonyos együttműködésre (hiszen itt együtt kell élniük a szállodavendégekkel és az egyetemistákkal, főiskolásokkal, akik kollégium és albérlet hiányában itt laknak).

Tanulmányok

Betekintés az ősi szent helyek, gyógyító helyek világába és kapcsolatuk mai szellemiségünkkel

"Szent tér az a tér, mely a természetfelettség irányában áttetsző, s az ilyen térben minden a meditáció alapjául szolgál. Ha valaki belép az ajtón, e téren belül minden szimbolikus, az egész világ újra mitologizálódik.

Szent térben élni annyit tesz, mint olyan szimbolikus környezetben élni, ahol lehetőség van spirituális életre, ahol körülöttünk minden a lélek magasztalásáról szól. Ez olyan hely, ahol az ember egyszerűen megtapasztalja és feltárja, hogy mi is ő és mi lehetne. Ez a teremtő inkubáció helye. Először talán úgy tűnik, semmi sem történik. De ha valakinek van egy szent helye és él vele, végül történni fog valami.

Szent hely az, ahol újra és újra megtaláljuk önmagunk."

Jozeph Campbell

Ezt az idézetet barátaink felújításban levő házának falára kitűzve láttuk meg. Ők ezzel a szellemi nyitottsággal fordulnak a hétköznapjaik és a ház felé.

Gyökereinket sokszor nem ismerjük eléggé, ám fontos megértünk őket - éppúgy, ahogy egy lélektani kezelés során a gyermekkor eseményeinek és sérüléseinek feltárása az egyik gyógyító tényező. Ezért fordulunk jelen előadásunkban az archaikus kultúrák világa felé, melyeket lélektani szempontból vizsgáljuk, nem teológiai aspektusok alapján - ez nem kompetenciánk.

Az ősi társadalmakban általános volt az a nézet, világszemlélet, mely szerint a természetben - legyen az növény, állat, vagy kő - mindennek van szelleme, s minden dolog kapcsolatban van egymással. Tapasztalatok alapján létezett egy hétköznapi világ, s egy nem hétköznapi valóság. Ez utóbbi - tehát a szellemi irányba - a sámán tudott közvetíteni, s innen tért vissza a gyógyító erővel.

A hétköznapi valóságban nem feltétlenül volt kiemelt térbeli helye a gyógyításnak, mert a sámán saját maga által kontrolláltan bárhol a természetben fel tudta venni a kapcsolatot a hely és a segítő erők szellemeivel, együttműködésüket kérve a gyógyításban.

Ismertek és kerestek olyan szent hegyeket, erőhelyeket, melyek egyéniek vagy kollektívek voltak. Jelen lenni ezeken a helyeken jó érzést és lelki-szellemi feltöltődést, erőt biztosított számukra. Tisztelettel övezték és ápolták őket, tisztaságukat folyamatosan fenntartották.

A modern társadalmak embere leszűkítette a szent megnyilatkozásának tereit, s életének nagy részét profán környezetben tölti.

A sámán szertartások első lépése, hogy a résztvevők meghívják a hely szellemét, s üdvözlük is őt. Ezután kezdődhet a szellemi munka, amikor az ember kapcsolatba kerülhet önmaga spirituális mélységeivel, s képessé válik arra, hogy érzékelje a kapcsolatot Istennel, az Univerzummal.

Az egész világon a legkülönbözőbb vallások és teológiai hagyományok hívei is arra törekednek, hogy szent tereik hordozzák a Világegyetem mintázatát, szerkezetét és viszonyait, valamint ezzel párhuzamosan az emberi lélek struktúráját, archetipikus erőit. A szent helyek és építmények lényege, hogy az ember minél közelebb kerüljön az istenihez. Ezért kitüntetett tereket keres és hoz létre, ahol fenntarthatja ezt a létfontosságú és erőt adó kapcsolatot. A szentség fogalma nem korlátozódik különlegesen tervezett épületekre. Sok társadalomban a család lakhelye is szent, a tűzhellyel a családi élet központjában, mert innen szállnak a szent értékek a következő generációkra. Egyes kultúrákban nincsenek templomok, minden épületük szent és a világot átható szentséget fejezi ki.

Az archaikus ember számára a szentség a természet olyan alkotó elemeiben is megmutatkozhat, melyek a nyugati kultúra profán világának részét képezik pl. forrás, hegy, vagy fa. A kereszténység erőszakos átvétele miatt tiltották a szertartásokat a természetben forrás, hegy, fa mellett - ez a tiltás tudattalanunkban valószínűleg tovább hat, bár napjainkban ez kezd feloldódni. Tudomásunk van pl. olyan esküvői szertartásokról, melyek helyszíne nem épület, templom, hanem a természetben lévő szent hely volt.

Eliadé szerint a kereszténység átvette, majd átértelmezte bizonyos természetes szent helyek, pl. a Világfa szimbólumát, sőt Krisztust magát is sokszor úgy írják le, mint egy fát. "A földből nő ki, s az égig ér. Halhatatlan fa, az Ég és a Föld középpontjában: ő tartja a Mindenséget, összeköt minden létezőt, az ember lakta vidékeket s a Kozmoszt összekapcsolja, benne lakozik az emberi nem tarka sokadalma." Tisztán megmaradt tehát a Világfa képe.

Fontos vallási események gyakran olyan helyen történtek, ahol a természeti képződmények már korábban jelezték a hely spirituális jellegét. Amikor ilyen helyen építkeztek, akkor erre a spirituális tartalomra támaszkodtak, s mintegy megnövelték azt az épület állandó jelenlétével és a benne zajló ismétlődő szertartásokkal. Az ismétlődésen keresztül az épület összeköti a szent helyet a szent idővel.

Nemcsak a sámánisztikus kultúrákban, hanem más kultúrákban is a szent építmény helyzete lehet egy fa mellett, egy folyó mentén, vagy egy múltbeli esemény színhelyén, leggyakrabban mégis a Nap, a Hold, a bolygók és a csillagok pályájának figyelembe vételével helyezték el. Ez az elrendezési mód döntő fontosságú, hiszen az épületet arra szánták, hogy kapcsolódási pont legyen az emberek földi és az istenek égi birodalma között. Számos szent épület - a görög templomoktól kezdve a megalitikus csarnok sírokig - a felkelő Nap, az új élet, az új erő forrása felé néz. A legtöbb keresztény templomban máig is megtalálható ez a tájolás. Ez a tény és ennek gyökerei valószínűleg kevés emberben élnek tudatosan.

Az ősi építményeket a későbbi generációk gyakran félreértik, elhanyagolják, vagy meggyalázzák. De ha még érzékelhető szentségük és erejük, akkor hozzáigazítják más vallások új szükségleteihez, néha csak egészen kis változtatásokat hajtanak végre, mint pl. a római Pantheon, máskor alapvetően átalakítják az épületet: így történhetett, hogy templomot építettek az avebury kökör megalitikus közepére.

Avebury hatalmas bronzkori építmény Angliában, kb. 4600 évvel ezelőttről. A külső körét mintegy 100 álló kőtömb, valamint árok és töltés alkotta, átmérője csaknem 430 méter. Ezen belül két kisebb kör állt egymás mellett, egyenként kb. 30 kőből, a középpontban nagyobb kövek csoportjával. Mára a köveknek jó, ha még a negyede megvan, szétszórtan a nagy körön épült házak és kertek között. Aveburytól délnyugatra fekszik Silbury Hill, mely 40 méteres magasságával Európa legnagyobb mesterséges dombja. A történelem folyamán mindvégig tiszteletnek örvendett: pl. amikor a rómaiak hadi utakat építettek, Silbury Hillt kikerülték.

A megalit óriási követ jelent, olyan építményeket jelöl, ahol a kő természetes alakját használták fel - talán az angliai Stonehenge a legismertebb.

A megalitok megtalálhatók Ázsiában, Óceániában, Amerikában, Európában többek közt: Nagy-Britanniában, Franciaországban, Spanyolországban, Portugáliában, Olaszországban, Svédországban, Németországban, és az újabb kutatások szerint Erdélyben is. Különböző időkben jöttek létre a 3 és 7 ezer évvel ezelőtti időszakban.

Egy újabb térforma a lakóház, melyben a szentség megnyilvánulhat. Az otthon egy mitikus archetípus, egy titkos nyílás, melyen keresztül a Kozmosz kimeríthetetlen energiái beömlhetnek az emberi létbe. Álmokban, imaginációkban a saját ház a különböző szintjeivel és tereivel a személyiség struktúráját, felépítettségét szimbolizálja.

Az eszkimók közösségében az otthon minden tekintetben szent. Rituális jelentésében az iglu, vagyis a jég-tömbökből épült ház az anyaméh, a bejárat folyosó pedig a vagina. A kupolás tető az égbolt, a jégablak a Nap, az ajtónyílás a Hold.

A belső - ázsiai jurta jelképrendszere a négy világtáj és a közép, valamint a háromrétegű Világegyetem által megalapozott világképéhez kapcsolódik. A közepén álló tűzhelytől a nyíláson át az égig tart a függőleges tengely, melytől a négy égtájat számítják. A tűzhely tüze egyszerre családi és szent. Óvni kell minden tisztátalanságtól és erőszaktól, mert a család életének a folytonosságát jelképezi. A szélcsendben felfelé szálló füsttől hasonlóan az imák is az égbe szállnak, amit minden áldás forrásának számítottak.

Mindezt érdekes lenne összehasonlítani egy panel-lakás szimbolikájával.

A felszentelés az a rituális cselekedet, amely egy pusztán anyagi szerkezetet Istennel összekötő kapocsá alakít át, vagyis a lélektan nyelvén az archetípusok és a Selbst irányába erősíti meg a kapcsolatot. Miután pl. egy épületet felszenteltek, óvni kell a beszennyeződéstől, s ennek leggyakoribb módja a rendszeresen megtartott tisztító szertartások.

Számos kultúrában a templomokat és házakat aromás gyógynövények égetésével tisztítják meg. A korai keresztények elítélték a füstölést, mint pogány szokást. Am használata a keresztény egyházban is elterjedt, és a nem protestáns felekezetek körében a füstölés fontos szerepet játszik a tisztító szertartásokban.

Itt is egy mély gyökerű rítus továbbélését figyelhetjük meg. Sok szó esik a gyógyító helyek kapcsán a tisztításról. Ennek az archaikus ember számára oly nagy a jelentősége, hogy gyakran már maga a tisztító szertartás is elegendő ahhoz, hogy a gyógyító erők beáramlása számára szabad legyen az út.

A tisztító és gyógyhelyek speciális formája az izzasztókunyhó. Ősi rítusa a e világ legtöbb táján megtalálható, ismert az amerikai indiánoknál, Afrikában, Japánban, Finnországban, de éppúgy része volt a kelta, orosz, szláv, skandináv, arab, ókori görög és a római kultúráknak is. Eredetileg nem pusztán csak a testi, hanem a lelki megtisztulás, egészségmegőrzés eszköze: gyógyító és egyben szent hely.

Az izzasztókunyhó szertartása alatt találkozhatunk a négy őselemmel (a földdel, a vízzel, a levegővel és a tűzzel), önmagunk mélyebb rétegeivel és a Teremtővel.

A vesszőkből, ágakból, hajlított kör alapú kicsi kunyhó, melyet bőrökkel, takarókkal borítanak be, hogy benne teljes legyen a sötétség - az anyaméh, a Földanya méhe. Ez maga a szertartás helye.

Bent, a kör közepén található egy gödör - ebbe kerülnek a kövek, melyet körbeülnek a szertartás résztvevői. A kunyhó a nyugati irányba nyílik, innen egy földösvény - a köldökzsinór - vezet egy egyszerű földoltárhoz. Az ösvény meghosszabbításában ég a Nap termékenyítő tüze, ahol felizzítják a köveket.

A rítus négyeszer imádkozásból áll, az izzó köveket is négyszer adják be, összesen huszonnyolcat. A vezető, majd a többiek szinte ruhátlanul, négykézláb, az alázat pózában másznak be a kunyhóba. Kívül marad a segítő, aki a vörösre izzított köveket, valamint egy vödörben vizet ad be, amiből minden körben locsolnak a kövekre. Minden kör és mindenki imája ezzel a mondattal zárul az indiánoknál: "minden a rokonom".

Az első kör imái a nyugati irányhoz szólnak. Itt nyugszik le a Nap, itt élnek az ősök, ez a bölcsesség iránya. A kimondott vagy csendes imák után az égtájhoz kapcsolódó énekek következnek.

A következő kör az északi irányé, ami a megtisztulást jelzi.

A harmadik kör a keleti irányhoz imádkozik, ami az újjászületést, a gyógyulást, gyógyítást jelenti. Azok az imák fogalmazódnak meg, amik valami új kezdetéhez kapcsolódnak: párválasztáshoz, gyermekszületéshez, új esztendőhöz.

A befejező kör a déli irányé, a köszöneté.

A szertartásban a tűzben felizzított köveket, a Nap erejét viszik be a nőiség, anyaság szimbólumába, ahol a vízzel együtt az anyag és a szellem összeolvadhat, s kettejük egyesüléséből létrejött új elem, a gőz átjárja a bennlévők testét, lelkét, szellemét. A sötétségben és a forróságban összepréselődve, magzatpózban a résztvevők megnyílnak önmaguk, társaik és Isten előtt. Az elfogadás és az őszinteség létrejöttét segíti a dobbal, csörgőkkel kísért éneklés is.

A szertartás végén (kb. két óra eltelte után) a résztvevők négykézláb haladva bújnak ki a kunyhó nyílásán, újra megszületve erre a világra. Sokszor - ha erre van lehetőség - egy közeli patak vizében merítkeznek meg ezután. A kunyhózás idején tisztító hatású gyógynövény; zsálya füstje védi a felhevült testű, minden értelemben meztelen embereket.

Biológiai szinten az izzadást kiváltó magas hőfokon a legtöbb baktérium és vírus nem képes életben maradni - betegségek csirái éghetnek ki belőlünk. A testhő emelkedése serkenti a belső elválasztású mirigyek működését, a salakanyagok is gyorsabban távoznak testünkől. A pára csökkenti a fáradtságérzetet és a feszültséget.

Az éneklés, imádkozás és a csörgő hangja, a testhelyzet, a sötétség mind segítik a megváltozott tudatállapot, a révülés létrejöttét. Ennek során felvehetjük a kapcsolatot belső, támogató erőinkkel és az Univerzum erejével, érzékelhetjük mélymagunk, a Selbst irányából érkező gyógyító impulzusokat.

Ma, az indiánok körében ez a szertartás élő. Pl. a kórházak területén is - a testi gyógyítást kiegészítve - izzasztó kunyhókat rendszeresen felállítanak, s teszik ezt a civilizált kultúremberek ellenszenve és támadásai ellenére is.

Valószínűleg többünknek ismerősek az izzasztókunyhó működésének egyes részei, de vajon honnan? Világunkban a szaunázás elterjedt szokás, azonban itt is megfigyelhető, hogy mindez elveszítette a korábbi szent - szellemi aspektusát.

Összefoglalva: mitől is lehet spirituális egy tér lélektani értelemben?

A külső terekre lelkünk különböző rétegei rezonálnak és különféleképpen, tehát érezhetjük magunkat jól, de kellemtlenül is egy térben. Azt mondhatjuk, hogy azok a szent helyek, amelyek az archetípusok és a Selbst felé nyitnak utat, tehát az ő belső mintáikat jelenítik meg a külső térben.

1. Az ősi kultúrák megközelítésmódja nem ismert, ennek ellenére tudati szinten általában elutasítottak.
2. Mai szellemiségünk építkezik belőlük, de mindez tudattalanul történik, s ez tükröződik a mai terekben és építményekben is.
3. A természeti társadalmak embereinek életét és tereit áthatja a szellemiség és a szentség, a mai civilizált kultúrában az élet profanizálódott, az isteni erőkkkel való kapcsolat leszűkül.
4. Ha a külső tereket tekintjük: a szent terek a természetből, annak egészéből legtöbbször visszaszorultak a templomok falai közé.

Gyökössy Endre lelkész - pszichológus írja:

"A bioszférával való kapcsolatunk gyógyító és növelő. Meg kellene tanulnunk Assisi Ferenctől, legalább a Naphimnuszából, hogy a Nap, a szél, a levegő, a tűz, a föld, a fa, a fű és a virág mind mind testvéreink...

A természettel, a bioszférával való kapcsolatunk az egyik és kifogyhatatlan, kiemelhetetlen része az egészséges életet biztosító, többdimenziós kapcsolódásunknak.

Lehet, hogy pusztá életünket ez a többdimenziós kapcsolat biztosíthatja csak."

Elemzések alapján mondhatjuk, hogy a természethez való viszonyunk külső megfelelése annak, hogyan kapcsolódunk belső természetünkhöz, gyökereinkhez, archaikus részeinkhez.

Budapest, 1999. november

Elekesné Czaga Orsolya - Elekes Gábor

A FÖLD, MINT A VILÁGEGYETEM TEMPLOMA ÉS A SELBST, MINT A SZEMÉLYISÉG SZAKRÁLIS KÖZPONTJA

Lírai esszé és tudományos elmélkedés

Amint megváltozott tudatállapotban fénylő indigó-színű gömbként lebegek alá a Világmindenség sötétjében, s megérkezem a Kék Bolygó felszínére, érzésben, mintha templomban lennék, áhítatot érzek és az egész bolygó, mint megszentelt hely jelenik meg a transz által körbefogott tudatom felszínén; tudom és érzem, hogy ahol vagyok kitüntetett helyszín, itt hozta létre a Mindenség Kollektív Emlékezete az Élet számára éppen szükséges feltételeket, hogy a Felsőbb Akarat itt működteti a Karma rendszerét és a Kollektív Tudattalan azon dolgozik, hogy a Szellem eljuthasson az emberi lényen keresztül a tiszta tudatosság állapotába, ezen a szent helyen, ami az életterünk. Joggal érezhetem hát, hogy amiben járok az szépség. I am wolking in beauty - mondja egy indián sámán-ének.

Gondolatban most visszamegyek néhány ezer évet, az emberiség gyermekkoráig, tudatának megszületéséig, amikor még Schiller verse szerint:

*A költészet festői palástja
A valóra simult kedvesen,
Élő élet szállt az alkotásba,
S érzett, mit már nem érez sosem.
Hogy szerelmünk keblére öleljék,
A természet főbb rangot kapott,
És bárhová tekintett a szem, még
Isten nyomát látta ott.*

Valamikor réges-rég, talán az idők kezdetén, az ember együtt ült társaival a tűzrakás szent helyén és egyformán hevítette a meleg az arcukat és szívüket, és csak egy emelkedett ki közülük, aki értette a Nagy Szellem üzenetét, akinek dolga volt, hogy megidézzék az Ősök Szellemét, akkor, ha emberi és közösségi erejük kevés volt, vagy kevésnek érezték vagy szerették volna hallani a TOTEM-ös, vagyis az Ősapa helyeslését tervük megvalósítása elején.

Ebben az időben még nem fordultak szembe Természet-Ősanyával, így tetteik harmonikusan illeszkedtek a Kozmosz, a Tao rendjébe és ezért érezték a Világmindenség szeretetét.

Több ezer évvel ezelőtt, amikor még egységes vallása volt Földünknek és mindenhol hittek a szavak varázserejében, ha azt tiszta szándékuk szentelte meg, és hittek minden dolgok Szellemében, animisztikusan, megszállottan és világos tudattal, mert ezek a tudatállapotok még egyszerre voltak jelen és minden, ami mozgott a Szellem jelenlétéről beszélt nekik, - míg nekünk már csak akkor szólal meg, ha kiélesedett racionális figyelmünk fókuszát elállítjuk és utat engedünk a valaha természetes révülésnek -, ami annakidején talán nemcsak a sámánok előjoga volt, hanem mindannyiunké, akik az Atlantiszi, az Aranykorbeli formánkban gyakoroltuk azt.

Amikor leülök a földre és testem tengelyét, mint egy energia-csatornát megnyitom lefelé a Földanya hatalmas energia-teste felé és felfelé az Ég erőinek energiái felé - talán máris megváltozott tudatállapotban vagyok, hiszen egy ősrégi rítust élek újra, a szent tüzet egyesítem a faszénnel, mint a férfi-erőt a női-erővel és a kagylóba, a termékenység szimbólumába helyezem, ahol áldozatom szent növényeinek füstje majd felszáll, és bátoralan hangomon, amit csörgöm hangja, a fa és magok csörgése fest alá, személyesen megszólítom az Isteneket; a Nagy Szellemet, Kelet-, Dél-, Nyugat- és Észak szent Szellemét, a Földanyát, Nap-nagyapát és Hold-nagyanyát és a többi kisebb-nagyobb helyi istenségeket, a folyók, hegyek, ligetek és a Tanítások Szellemét, érzéseim az emelkedettség légkörébe emelnek, túl az individuális elkülönültségen, kitágult tudattal érzékelem a valaha élt ősök szertartásain edződött emlékezet erejét, minden szertartásban az összes előző szertartás erejét, itt a XX. század legvégén, egy négyezer éves szokást felelevenítvén, városi sámánkodással díszítem fel kifakult életérzésem szövetét, behímezem a racionálisan gondolkodó és tudományos világképeken növekedett eszmélésem anyagába ezt az irracionális-légies és egyben földies-tüzes zsályaitatú, szent borzongások tiszta füstjét, - majd révülésem végén átmegyek a dolgozószobámba, írógépemhez ülök és próbálom az élményt tudományos mítosz formájában rögzíteni és felteszem a kérdést:

Hogyan néz ki az indiánok izzasztó-kunyhója a sámáni időkből itt maradt gyógyító és tisztító-rituálé?

Ez is átélhető ma, a kunyhó megépítésével, hajlékonyan erős fűzfaágakból és takarókkal beborítva úgy néz ki formára, mint egy eszkimó kunyhó; bemenni csak négykézláb lehet, ami felidéri az alázat az ősök állat-szellemével való azonosulás lehetőségét. Át lehet élni a tűzrakás felemelő szépségét, a kövekkel, mint az ősök szimbólumával, akiket a tűzben hevítünk, majd, hogy próbára tegyék teherbírásunkat és lelki-erőnket, amikor mindenre elszántan, pörén bemerészkedünk a kunyhóba, mint a Földanya méhébe, azért, hogy szembenézhesünk félelmeinkkel és büntudatunkkal és mindenféle fájdalomunkkal, hogy belekapaszkodhassunk egymás hangjaiba és az ősök erejébe, majd kiállva a próbát, megszülethessünk az addigra már csillagos égbolt alá, ami hűvös nyugalomával fogad minket, mi pedig az arcunkba loccsantott és fejtetőkön induló tiszta-hideg víz erejében bízva átéljük fizikai létünk energikusságát és szent egyszerűségét.

Mielőtt átfogalmazom az élményt jungi terminusokba, még egy fohász, ami az első papírra vetett megfogalmazásom volt az Izzasztókunyhó mibenlétééről:

Az izzasztókunyhó, mint szent hely.

Egyszerre vallásos szertartás,
pszichológiai öngyógyítás,
testi szintű gyógyítás,
rituális megtisztulás és
közösségi élmény.

Az összejövetel ürügye,
művészetek gyakorlása,
éneklés és mozgás-művészet,
testi-lelki rítusok összekapcsolódása
egy közösségi foglalatban.

Tiszteletadás a Szellemvilágnak,
a Szellemek lejöveteli helyének megalkotása,
hétköznapi tevékenység,
főzéssel, takarítással,
kunyhó-építéssel, favágással,
madár-etetéssel,
állatok gondozásával,
a természetben levés élvezetével,
férfiak-nők találkozásával
járó időtöltés.
Élni az életet.

Ahogy a Világfa áll a Kozmosz középpontjában, ugyanúgy van a dal a sámán középpontjában. A dal tulajdona, és lelkének mélyrétegéből száll fel hozzá, nem tehet semmit érte se, ellene se, mint forrás buzog fel benne - fejlődésének egy szintjén - belső énjétől kapja ajándékba, végső soron a sámán-ősöktől és ez hozza neki az ősök erejét, segíti őt a révülésben, tehát személyesen az övé - más nem is énekelhetné -, de tudatában van annak is, hogy ez az ő fohásza és kovász a rituálé számára, érzelmi támasz a résztvevőknek, szent erő, mely nagyobb nála. Tudja, hogy a dala út az Istenekhez, létra a Nagy Szellem felé és üzenet az Alsó Világba arról, hogy ereje teljében áll, harmóniában és szépségben jár, szelíd és támadhatatlan a sötétség erőivel szemben. A sámán dala ima és személyes energiáinak kibontakoztatása, közlekedés az ego-selbst tengely területén.

Az erő-állat akkor jelenik meg, ha révülésben a sámán előszólítja. Attól kezdve a sámán követi őt és tanácsait elfogadja. Az erő-állat, mint segítő szellem működik, társa, vezetője és tanítója gazdájának, egy Állat Szellem, aki önként csatlakozott hozzá. Pszichológiai szinten magyarázva egy transzban kiváltott hallucináció, és ahogy a modern városi sámánkodás tapasztalatai mutatják, legtöbbször vizualizáció, spontán képi élmény, de lehet hang-, kinesztétikus-, szag-élmény is, mondhatnánk, hogy a sámán hite tartja fenn a létét. De több annál, énkiterjesztés, a sámán a személyes tapasztalás szintjén győződik meg valóságos voltáról, energetikai létezéséről, mert olyan feladatokat old meg, ami egoja szintjén lehetetlennek bizonyulna. Egyre többször úgy éli meg állat-segítőjét, mint tőle független erőt és energiát, mint nála bölcsőbb, tapasztaltabb társát, aki mégis tőle függ, hisz akkor létező, ha ő előhívja rejtett mélységeiből, énjéhez van kapcsolva, de nem része énjének, annak kiterjesztése és éppen a selbst-tengely felé.

A sámán, akinek az énjében egy másvalami van a transz során - ami nem én, mégpedig egy állat-én - a hagyományos pszichiátriai szemléletben még indukált pszichotikus állapot is lehetne, vagy egy más gondolatrendszer szerint megszállottság. De a sámán egészséges marad, hisz a társadalmi szerepe megengedi a megszállottságot, ő maga hívta elő Szellemeit és ez ma is így van, de valamikor a sámánizmus keletkezésének idején épp az hatott volna, bolond beszédnek, ha valaki kétségbe vonja a szellemek létét.

Az erő-állat hasonlóképpen érkezik, mint a sámán dala és hasonlóan a szent közegben, révülésben jelentkezik. Olyan transz ez, amiben a sámán megőrzi tudatosságának egy részét, a szándékát, hogy felkeresi a transzcendens világokat és bizonyos szabályrendszer betartása felett is örködik tudatának egy éber pontja, de egojának szemét eltakarva lelki szemeit az átjáró fényes felületére tapasztja és rábizza magát erő-állatára. Amikor utazik egyszerre van benne saját valóságában és a segítő Állat Szellemén keresztül a Másik valóságban is. Az erő-állata felfogható mint állati inkarnációinak tapasztalata, egy tapasztalás-, és energia-csomag, amit integrálnia kell tudatos önmagába és ha ez megvan, akkor előjön a következő erő-állata egy újabb tanítással, egy következő Állat Szellem világát kezdi integrálni, vagyis halad Gaia anyánk gyakorlatias útmutatásaiban a MINDEN A ROKONOM felismerése felé.

Az erő-állat nem a személyes tudattalan terméke - a Kollektív Tudattalanból jön elő - ennyiben archetipikus töltés - de van személyes színezete is, mégsem komplexus, hanem egészséges rész, ami őrzi az animális

megoldásait a természet erőivel való harcnak, és kibékülésnek a tapasztalást, a föld, a víz, a tűz és a levegő erejével való szembesülés idején, hiszen ebben nyilvánul meg az állati bölcsesség: úgy oldani meg az életben maradási problémát, hogy nem szegülünk szembe Természetanyával, a Nagy Egésszel. Az erő-állat a mély-én előalakja vagy inkább egy kapu, amin haladni lehet a teljesség felé. Az erő-állatok sora - ez az archetipikus mintázat - egy lehetséges út befelé, a mély-én teljessége felé, és út kifelé a Szellem-lények során át a Nagy Szellemmel való találkozás felé. Kívánok jó utat mindannyiunknak.

Budapest, 1999. 11. 30.

Tornyóssy Mária pszichológus

Egy kis pszichológia...

Csoportjelenségek

I. rész

Moreno:

- A csoport összekötő láncszem az egyén és a társadalom között.
- A csoport az más, több, mint csupán emberek együttese, együttléte.
- A csoport magában hordoz sajátosságokat.

Mi a csoport:

- 3 vagy több fő alkotja,
 - akiket meghatározott cél, érdek kapcsol össze,
 - akiknek hasonló vagy azonos az értékrendje, s ezt az értékrendet elfogadják, magukénak tekintik.

Két különböző személyiségtípust különböztünk el:

- tekintélyelvű (*autoriter*),
- demokratikus (tekintélyellenes).

Autoriter személyiség:

- önmaga megértő elfogadására képtelen,
- másokhoz sem a megértés eszközével közelít,
- reakciói: felháborodás, tiltás, szabályozás,
- elfojtott vagy nyílt agresszivitás,
- értelmi-gondolati világát merevség jellemzi,
- előítéletek rabja,
- tudományellenes beállítottság (babona, áltudomány iránti érdeklődés).

Demokratikus személyiség:

- agresszivitás hiánya,
- szeretet-orientáció,
- az „én” elfogadása,
- tolerancia másokkal szemben,
- tárgyilagosság,
- érzelmi-gondolati világa flexibilis,
- beállítottsága a tudományos gondolkodási mintákat követi,
- az új iránt érdeklődést, kíváncsiságot mutat.¹

¹ Csepeli György: Bevezetés a szociálpszichológiába (ELTE, Bp. 1988.)

Kognitív megközelítés:

Az egyik típus gondolkodása egyszerű, kevésbé képes differenciálásra, míg a másik típus gondolkodása komplex, árnyalt megközelítést tesz lehetővé.²

Csoporttagok típusai:

- α hangadó, vezetőszemélyiség.
- β szakértő szerep.
- χ átlagos csoporttag.
- Ω opponens szerep.

α Lehet pl. a csoport "bohóca", a kínos helyzeteket megmenti.

β A csoportvezető segítője, de rivalizáló is lehet.

χ A "közlegény", a csoport többsége.

Ω Az ellenlábás, jó esetben provokációival dinamizálja a csoportot.

Az egészséges csoport lehetőséget ad arra, hogy ezek a pozíciók és szerepek folyamatosan változhassanak (pl. a témák változásának megfelelően). Ha ilyen szerepcserére nincs lehetőség egy adott közösségben, akkor feszültség alakul ki, pl. az opponensi szerepkörben megrekedő résztvevő hamarosan az állandó "bűnbak" szerepét fogja betölteni. Az állandóan opponensi szerepet betöltő egyetlen aktivitása a konfrontációban, kritizálásban fog állni és nem fogja a konstruktív közösségi munkát megtanulni. A semleges megfigyelő (gamma) pozícióban megrekedő csoporttag, aki a csoportban lejátszódó folyamatokat érzékeli, kommentálja, és különböző információk közlésével segíti egyes témák feldolgozását, kivonja magát a vitákban való aktív részvételből. Így vita-készsége nem tud fejlődni.³

A csoportra vonatkozó szabályok:

- Szerződés-kötés:
 - időtartam,
 - rendszeresség,
 - hiányzás,
 - indokok a hiányzásra,
 - keretek meghatározása.
- Titoktartás:
 - csak a csoportra tartozik minden, ami ott hangzik el.
- A csoport azzal dolgozik, amit hoznak, olyan mélységben, ahogy ez szükséges.

Konstruktív és destruktív szerepek:**Konstruktív szerepek:**

- kezdeményező (változtat, újít, stb.),
- véleménynyilvánító (kommunikációs szerep),
- kérdező (felvilágosítást kér mindenben),
- informátor (felvilágosítást ad mindenről),
- szabályalkotó (kimondja a csoport szabályait),
- általánosító (összefoglal, tisztáz, stb.),
- engedelmeskedő (passzív, de fontos szerep).

Destruktív tevékenységi szerepek:

- akadékoskodó (a véleménynyilvánító torzója),
- vetélkedő (buzgó engedelmeskedő válhat ezzé),
- mindentudó (az általánosító túltengéses módon),

² Csepeli György: i.m.

³ Hézszer Gábor dr.: A pásztori pszichológia gyakorlati kézikönyve (Kálvin, Db. 1995.)

- hírharang (informál, de dezinformál is közben).⁴

A csoport fejlődési folyamata a következő komponensektől függ:

- a konstruktív, a csoportot segítő,
- a csoportmunka céljára irányuló, konstruktív,
- a diszfunkcionális, destruktív

szerepkörök viszonyától.

A csoportot segítő, konstruktív funkciók:

- bátorítás,
- közvetítés (kompromisszumok létre hozója),
- gondoskodás,
- normaadás,
- aktívan résztvevő megfigyelés,
- feszültség csökkentése, feloldása, lappangó krízisek néven nevezése.

A csoport munkájának céljára irányuló, konstruktív funkciók hordozói a következő csoporttagok:

- az iniciátor
 - új utakat, megoldásokat keres,
- az érdeklődő
 - a tárgyalat témához további információkat keres,
- az informáló
 - szakszerű információkkal szolgál, ill. személyes tapasztalatairól számol be,
- a spontán
 - véleményét szabadon nyilvánítja,
- a tisztázó
 - szituációk, fogalmak, stb. pontos megfogalmazására törekszik,
- a kidolgozó
 - következtetéseket von le, új összefüggéseket talál.

A csoport munkáját és fejlődését akadályozó, diszfunkcionális szerepkört tölt be a csoportban:

- az elterelő
 - megjegyzéseivel eltereli a figyelmet a témáról, fanatikusan vitatkozik mellékes dolgokról,
- a támadó
 - másokat kritizál és lejáratni igyekszik, vitát keres olyan pontokon, amelyekben egyetértés uralkodik, kétségbe vonja mások motivációit és kompetenciáját,
- a feltűnést kereső
 - önmagát előtérbe helyező, nagyzó, állandóan beszélő,
- a kiváltságos
 - másokat nem érdeklő témán vitatkozó, a csoportmegegyezéseket be nem tartó,
- a visszahúzó
 - közömbös
- a domináló
 - autoritatív módon befolyásol másokat, intrikál, mások szavába vág, kétségbe vonja a csoportvezető képességeit,
- a bohóc
 - folytonos viccelődéseivel, megjegyzéseivel zavarja a csoportot,
- a rivalizáló
 - magát állandóan másokkal összehasonlítva kísérli meg kvalitásait bizonyítani,
- az öngazoló
 - mások kijelentéseiben is a saját igazát látja; a maga igazát akkor is bizonygatja, mikor azt senki sem vonja kétségbe.⁵

⁴ Csepeli György: i.m.

⁵ Hézszer Gábor dr.: i.m.

A diszfunkcionális magatartások nem eleve negatívak, hanem mindig a csoport aktuális állapotát tükrözik: ezekre a szerepekre adott esetben a résztvevőknek azért van szükségük, mert más módon nem tudnak a csoportban pillanatnyilag uralkodó feszültségen úrrá lenni.⁶

A csoporthoz való tartozás következménye a másoktól kapott bizonyosság birtoklása, melyért cserébe mi hasonlót nyújtunk. A csoporthoz tartozás hatására megjelenik az egységesült *norma*, ami növeli a csoport hatékonyságát, másrészt a csoporttagoknak mint egyéneknek megkönnyíti a világ értelmezésének a feladatát, ill. a társadalmi összehasonlítást is. Minél intenzívebben vállalt a csoporthovatartozás, annál szélesebb körű az egységesülés. Az önmagunkról alkotott képünket is csoportképződménynek foghatjuk fel, hiszen azt mások visszajelzése alapján alakítjuk ki. Amit konformizmusnak neveznek, az lényegében a csoporttámogatás iránti szükséglet kifejeződése.⁷

Csoportkohézió

Mennyire elkötelezettek a tagok a csoport közös normái és céljai iránt, és mennyire pozitív érzelmek fűzik őket egymáshoz és a csoporthoz. A pozitív érzések jelentős hatást gyakorolhatnak a csoport teljesítményeire. A kohézió a csoporton belüli interakciós folyamatokat is befolyásolja. Az összetartó csoportok kevésbé túrik a deviáns viselkedést, és erősebb nyomást fejtenek ki a konformitás irányába.⁸

Csoportgondolkodás

Valahányszor az erős csoportkohézió megakadályozza fontos és eltérő vélemények kifejtését, mindig fennáll a veszély, hogy a valóságnak nem megfelelő döntések születnek.⁹

Csoporteltolódás

Csoportban mindenki egy kicsit bátrabban viselkedik, dönt, ezért a kockázatvállalás is nagyobb a csoportnak, mint az egyéneinek.

Bizonyos értelemben a csoport elrejti az egyéneket. *Zimbardo* kimutatta, hogy ha az egyének egyéneként kevésbé azonosíthatók, az agresszív cselekedetek valószínűsége megnő.¹⁰

Csoportközi konfliktus

Az emberek erősen hajlanak arra, hogy saját csoportjaikat túlértékeljék, míg mások csoportjait leértékeljék, mivel a két csoport közötti különbséget felnagyítva észlelik. Egy „felsőbbrendű” csoport tagsága az identitás pozitív érzését nyújtja.¹¹

(folytatjuk)

Jó tudni

Egy új rovat "Jó tudni" címmel, ami azt jelenti, hogy segíthet egy-egy információ a segítőnek segíteni. Tehát olyan információkat adunk tovább, amelyek fontosak lehetnek.

Most, először a téma: a szociális ellátások.

⁶ Hézszer Gábor dr.: i.m.

⁷ Csepeli György: i.m.

⁸ Forgas, Joseph P.: A társas érintkezés pszichológiája (Gondolat, Bp. 1989.)

⁹ Forgas, Joseph P.: i.m.

¹⁰ Forgas, Joseph P.: i.m.

¹¹ Forgas, Joseph P.: i.m.

Pénzbeli és természetbeni ellátások

Pénzbeli ellátások (segélyek)

- *rendszeres szociális segély:*
 - Ha valaki kimerítette a munkanélküliek jövedelempótló támogatás folyósításának időtartamát, akkor az aktív korú nem foglalkoztatottaknak ez adható.
 - Feltétele a nyugdíj minimum 70%-a az 1 főre jutó.
 - Együttműködési kötelezettség a családsegítő szolgálattal, ill. a közhasznú munkavégzéssel. A jövedelempótló időtartama alatt, ha nem vállalt el valamit, akkor nem jogosult a rendszeres szociális segélyre.
- *megváltozott munkaképességűek járadéka:*
 - akik 18. életévüket betöltötték, fogyatékosok, 67%-ban rokkantak.
 - Feltétele: az 1 főre jutó nyugdíj minimum 80%-a.
 - Az összege: a nyugdíj minimum 80%-a.
 - nincs együttműködési kötelezettség.
- *időskoriúak járadéka:*
 - Feltétele: az 1 főre jutó nyugdíj minimum 80%-a.
 - Az összege: a nyugdíj minimum 80%-a.
 - Ha van jövedelme, ezekre az összegekre ki kell terjeszteni.
- Életfogytig jár.
- Hagyatéki teher kötelezés.
- Finanszírozás:
 - ha szociális intézményben lakik, akkor állami költségvetésből,
 - egyéb esetekben 70% központi költségvetés, 30% önkormányzati finanszírozás.
- *ápolási díj:*
 - Hozzá tartozó, a család tagjai által végzett.
 - Az összege: a nyugdíj minimum összege.
 - A felnőtt korú ápolás esetén az összege: a nyugdíj minimum 60%-a.
 - Szolgálati időnek minősül, nyugdíjjáradékot vannak belőle.
 - Időtartama: határozatlan.
 - Kizáró okok:
 - 4 órás, nem otthon végezhető munkavállalás,
 - bentlakásos vagy kórházban van az ápolat.
 - Kiskorú tartós fogyatékos gyermek ápolása:
 - Időtartama: 2 év.

Vegyes ellátások

Pénzbeli és természetbeni is lehet:

- *átmeneti segély:*
- Az önkormányzat szabályozza, a törvény összegére, formájára nem rendelkezik.
 - Szigorodnak az átmeneti segélyek szabályai, mert kevés a pénz az önkormányzatoknál.
 - több féle lehet:
 - élelmiszer,
 - tüzelő, stb. utalványok,
 - gyógyszer, stb.
- *lakásfenntartási támogatás:*
 - címszerű lakásfenntartási támogatás,
 - fűtési támogatás.
 - A kiadásokat kell figyelembe venni a lakással kapcsolatosan (lakbér, fűtés, víz, villany, gáz, csatorna, stb.). Költség az OTP törlesztő részlete is, ha lakáscélú. Nem része a telefondíj, a biztosítás.
 - Ha ezek a költségek elérik a bevétel 35%-át, akkor jogosult.
 - a fűtési költség a bevétel 20%-át kell elérnie.
 - Helyi rendeletek szabályozzák, de havi 1.000 Ft-nál nem lehet kevesebb az összege.
 - Időtartama: 1 év, ill. a fűtési támogatásnál 6 hónap (fűtési időszak).
 - A lakás nagysága általában a kizáró ok lehet.
- *temetési segély:*
 - Az önkormányzat dönti el, hogy ad-e ilyen támogatást, de ha él vele, akkor a helyben szokásos temetési költség 10%-a az összeg.
 - A teljes temetési költség összegét kivételes esetben térítik.
 - Ha a nyugdíj min. háromszorosát meghaladja az 1 főre jutó jövedelem, eleve kizárja a segély nyújtását.

Természetbeni ellátások

Csak természetben adhatók, nem a jogosult kapja a pénzt, hanem célzottan egy dologra:

150%-át nem éri el, és az igazolt költsége a jövedelem 10%-át eléri.

- *közgyógyellátás:*
 - 1 évig érvényes a közgyógyellátási igazolvány,
 - csak az ingyenes, ami a közgyógyra felírható (egyre kevesebb gyógyszer).
- normatív közgyógyellátás:
 - jogosult: akinek az 1 főre jutó jövedelme a nyugdíj minimum
- méltányossági alapon:
 - nem kötelező, az önkormányzat a rendeletében szabályozza, tehát a döntéshozó, finanszírozó is az önkormányzat.
- *egészségügyi szolgáltatásokra jogosító igazolás ("TB-kártya").*

Személyes gondoskodást nyújtó ellátások (intézményi ellátások)

Alapellátások

- *házi segítségnyújtás, házi gondozás*
 - Szigorodnak az intézetbe kerülés feltételei, ezért jelentősége a segítségnyújtásnak megnő.
 - Az otthonában segíti az ellátásban:
 - bevásárlás,
 - gyógyszerkiváltás,
 - házkörüli apróbb tevékenységben segíteni,
 - ebédhordás,
 - tisztálkodásban segíteni,
 - ha a gondozónak egészségügyi végzettsége van, akkor minimális egészségügyi feladatokat elláthat (injekció, stb.)
 - Óradíjat állapítanak meg (az effektíve ott töltött időre).

Szakosított ellátások

Mindig intézményi formában történik a szakosított ellátás.

- *ápolást, gondozást nyújtó intézmények:*
 - idősek otthona:
 - A nyugdíj korhatárt betöltött, de önmagát ellátni nem tudók is igényelhetik.
 - fogyatékosok otthona:
 - kiskorú fogyatékosok és
 - felnőtt korú fogyatékosok elkülönítetten kell gondozni,

- kötelező 5 évenként felülvizsgálat felnőtteknél,
- évente kiskorúaknál,
- a különféle mértékű, súlyosságú fogyatékosok ellátását is külön kell megszervezni.¹²

- pszichiátriai betegek otthona:
 - orvosszakértői vélemény alapján,
 - csak gondnokság alatt lévők vehetők fel,
 - ideiglenes gondnokság alatt lévőnél csak a gyámhatóság hozzájárulásával.

- hajléktalanok (ettől az évtől)
 - főként idős hajléktalanok, akik átmeneti szálláson nem tarthatók, mert egészségügyi problémáik súlyosak (de kora alapján is bekerülhet a hajléktalan).

- szenvedélybetegek otthona (ettől az évtől)
 - tartós bentlakás, a nem rehabilitálhatóknak.

- *rehabilitációs intézmények:*

2004-ig kötelező lesz a rehabilitációs ellátási forma feltételeinek megteremtése, illetőleg ezen intézmények létrehozása.¹³

 - A fogyatékoság típusának megfelelően változóak a feltételek.
 - Kell hozzá szakvélemény, s képes legyen az önálló életre.
 - Határozott időre szól (rövid beutalás).

- Típusai:
 - fogyatékosok,
 - pszichiátriai betegek,
 - hajléktalanok (ettől az évtől),
 - szenvedélybetegek rehabilitációs intézménye.

- nappali ellátást nyújtó intézmények:*
 - idősek klubja:
 - napközbeni közösségi tevékenység kapcsolódik hozzá (és étkezés),
 - kiegészítő jellege van.

 - fogyatékosok nappali foglalkoztatója:
 - felügyeletet biztosít,
 - közösségi tevékenység és valamilyen foglalkoztatás kapcsolódik hozzá (étkeztetés itt is van),
 - a nyugdíjhoz szükséges 2 év foglalkoztatás itt megszerezhető.

 - pszichiátriai betegek nappali foglalkoztatója:
 - felügyeletet biztosít,
 - közösségi tevékenység és valamilyen foglalkoztatás kapcsolódik hozzá (étkeztetés itt is van),
 - a nyugdíjhoz szükséges 2 év foglalkoztatás itt megszerezhető.

 - szenvedélybetegek nappali foglalkoztatója:
 - közösségi tevékenység, étkeztetés.

 - hajléktalanok nappali melegedője:
 - fedett helyen van,
 - lehet tisztálkodni, mosni,
 - az ÁNTSZ biztosít fertőtlenítést,
 - egyszeri étkezés,
 - az utcai szociális munka szerveződése is ide kapcsolódik.

- *átmeneti ellátást nyújtó intézmények, gondozóházak:*

¹² HÁLÓ, 1999. szeptember (V.évf. 9.sz.)

¹³ HÁLÓ, 1999. szeptember (V.évf. 9.sz.)

- A gondozóház és az otthoni ellátás közötti átmenet; 1 év időtartamra (egyszer meghosszabbítható).
- 5-10 fős kis közösség, családi légkörben.

- Típusai:
 - idősek gondozóháza
 - fogyatékosok gondozóháza
 - pszichiátriai betegek átmeneti otthona
 - szenvedélybetegek átmeneti otthona
 - hajléktalanok átmeneti szállása:
 - fizetni kell érte, jövedelemmel rendelkezők vehetik igénybe,
 - rehabilitációs céllal foglalkoztatják,
 - alacsony a díja, de kötelező takarékoság van.

- hajléktalan éjjeli menedékhely :
 - ingyenes,
 - legfeljebb 3-5 éjszakára vehető igénybe,
 - tisztálkodási, főzési lehetőség van,
 - szociális munka segítség.

- *lakóotthon:*
Nyugat-Európában nagyon népszerű, a szociális ellátás leginkább ilyen intézményekre épül. Nálunk is a törekvés a nagy intézmények lebontása. A lakóotthonok megjelenésével megkezdődhet a kitagolódás az ápolást, gondozást nyújtó intézményekből olyanoknak, akik önállósági szintjüknek, állapotuknak megfelelő lakóotthonokba kerülhetnek.¹⁴
 - fogyatékos vagy pszichiátriai betegek (ha önálló képességgel rendelkeznek),
 - 8-12 férőhelyesek lehetnek,
 - tartós bentlakást biztosít,
 - nem teljes körű ellátással,
 - csak olyanok kerülhetnek ki, akik bizonyos fokú önállóságra képesek.
 - A szakosított ellátásnál a törvény kötelezően intézményi formát ír elő.
 - Az önkormányzatok a település nagyságától függően kötelezhetők szakosított ellátásra.

Idősek gondozása

- *Előgondozás:*
 - 2 lépcsős előgondozás:
 - a kérelem beérkezésével egy időben, a körülmények megismerésével a tapasztalat alapján a vezető dönt a felvételtől.
 - Ha a felvételre jogosult, akkor felvételi dokumentum készül, felvételre kerül (sorban állás van), szerződés jön létre (térítési díj, fizetési feltételek, stb.).
- *Sorrend:*
 - akkor tud bekerülni, ha hely megüresedik (halálozás),
 - a legrászorultabbak sorrendjéről az intézetvezető dönt, az intézmény orvosával és a fenntartó képviselőjével közösen.
- Tájékoztatási kötelezettsége van mindkét félnek (hozzátartozók, nyugdíja, betegségeinek ismertetése, ill. az intézmény oldaláról a házirend, térítési díj, hozzátartozókkal a kapcsolattartás rendje, panaszok intézése, stb.).
- A bekerüléskor az ellátást igénybe vevővel kötelesek megállapodást kötni. Ebben egyebek mellett rögzíteni kell az intézmény által nyújtott szolgáltatás formáját, módját, valamint a térítési díj megállapítására, fizetésére vonatkozó szabályokat is.¹⁵
- *Térítési díj:*

¹⁴ HÁLÓ, 1999. szeptember (V.évf. 9.sz.)

¹⁵ HÁLÓ, 1999. szeptember (V.évf. 9.sz.)

- két típusú:
 - intézményi térítési díj, amit a fenntartó állapít meg,
 - személyi térítési díj, amit fizet.
- A jövedelemnek csak a 80%-a lehet a térítési díj (20% min. meg kell maradnia zsebpénznek).
 - személyi térítési díj fizetési változatok:
 - teljes összeget fizet az, aki jövedelmének 80%-a nagyobb, mint az intézményi térítési díj.
 - részösszeget fizet, akinek kevesebb a jövedelmének a 80%-a, mint az intézményi térítési díj,
 - ingyenes annak, akinek nincs semmiféle jövedelme, az intézménynek még zsebpénzt is kell adnia (a nyugdíj minimum 20%-át).
- Különbözetet lehet téríteni:
 - megtakarított készpénzzel,
 - ingatlan árából,
 - egyéb vagyomból,
 - hozzátartozó is megfizetheti.

Étkeztetésnél	20%	terhelhető a jövedelemből (nyugdíjból).
házi segítségnél	30%	
átmeneti elhelyezés	60%	
lakóotthon	50%	
Bentlakásosnál	80%	

(Bővebben a Szociális és Családügyi Minisztérium prospektusaiban találhattok információkat a szociális ellátásokról.)

Olvasónapló

Thad Williamson:

Az ökológiailag fenntartható gazdaság

(részletek)

Az ökológiailag "fenntartható" gazdaság azt jelenti, hogy a természeti erőforrásokat nem merítik ki, és csak annyi hulladékot termelnek, amennyit az ökorendszerek felszívni képesek.

Milyen is volna ez a világ?

Először is anyagi biztonságot garantálna az egyén és a közösségek számára. Amíg a lakosság zöme számára a jövedelem jelenti a táplálkozás legfőbb korlátját, és amíg az emberek jövedelmük elvesztésétől félnek, addig a gazdasági expanzió (más szóval növekedés) és a munkahelyteremtés többségük szemében mindig is politikai elsőséget fog élvezni a környezetvédelemmel szemben. Ha

olyan társadalomban szeretnénk élni, amelyben az egyének nem a több és még több megszerzése az elsődleges célja, és a közösségek zöme sem a "növekedést" hajszolja, akkor először is biztos anyagiakra van szükség.

Másodsor, az én-nek kell olyan tartalmat találnunk, amely a fogyasztáson kívül valami másban is értelmet kap. A fogyasztás mértéke sokszor státuszszimbólum, különösen azoknak a javaknak az esetében, amelyek mások számára világosan látható. Az amerikai munkások körében az önkifejezés leghatásosabb módjának a fogyasztás bizonyul, mert ebben végre saját döntéseiket érvényesíthetik. Eredményképpen egy olyan nemzetet kapunk, amelynek tagjait a javak és szolgáltatások kényszeres fogyasztása és ennek a fogyasztásnak

folytonos fokozása tartja össze. Egy ökológiailag elfogadható társadalomban ezzel szemben az emberek elégedettsége elsősorban nem a vásárlási döntéseikből fakad, és reálisan érzékelik, miből mikor elég.

Harmadszor, a környezetet károsító gyártóknak állniuk kell az általuk okozott kár költségeit. Pillanatnyilag azonban a magánvállalatok kikényszerítik, hogy a társadalom fizesse meg az általuk kibocsátott szennyezés és a természeti erőforrások kimerítésének költségeit. Minthogy az előállítás tényleges költségeit a piacra kerülő árucikkek árai nem tükrözik, a cégek úgy teremtik elő a hasznot, hogy például a környezetszennyezés költségeit áthárítják. A társadalom ökológiai fenntarthatóságának védelmezői ezért azt vallják, hogy a gyáraknak, üzemeknek a tevékenységükből eredő minden költséget maguknak kellene fedezniük.

Negyedszer, új világunkban a lehető legkörnyezetbarátabb technológiát kell alkalmaznunk. A XX. század folyamán az amerikai állam az ökológiailag eredménytelen, sőt romboló megoldásokra serkentett. A környezetbarát technológia egyben új munkahelyek millióit teremtheti meg a XXI. században. A sok munkaerőt igénylő közmunka-programokat ökológiai célok érdekében is lehetne szervezni. Az államoknak ugyancsak kötelessége lenne, hogy beszerzéseik során a környezetileg ártalmatlan termékek minőségfejlesztését teljes erejükkel szorgalmazzák. A jelenlegi hatalmi struktúrákban azok a magánérdekeltségű cégek, amelyek veszítenek a nekik jutó közpénzekből, megakadályoznak minden olyan lépést, amely a közkiadásokat a környezetkímélőbb és társadalmilag ésszerűbb célok felé sodorná, egyúttal ellenállnak minden szabályozásnak, amely bizonyos fajta termelő folyamatokat írta elő. Pénzükkal beavatkoznak a képviselő-választások kimenetelébe, ezáltal befolyásolják a jogrendet. Ezzel szemben egy ökológiailag fenntartható társadalomban az a

követelmény, hogy a politikát ne a vállalati, ill. magánérdek uralja.

Végül, abban a világban, amelyben a környezeti és a progresszív gazdasági célokat egységben látják, nem a növekedésnek jutna a legelső hely. Egy ökológiailag fenntartható gazdaság egészséges működéséhez nincs szükség magas növekedési mutatókra.

Ki diszponáljon a tőke fölött? A tulajdonos helyi közösség. A "közösségi tulajdonú" cégek körébe beletartozhatnak az önkormányzat és a helyi érdekeket érvényesítő non-profit szervezetek (például közösségfejlesztő) vállalkozásai, vagy azok a vállalatok, amelyeknek csak helyi lakosok lehetnek a részvényesei. Amennyiben egy közösségi vállalat vezetői a termelés növelése érdekében feláldozzák környezeti céljaikat, a polgároknak a választás eszközével lehetőségük van ezeket elbocsátani. Attól nem kell tartani, hogy a helyi közösség tulajdonában lévő cég fogja magát, és elköltözik. A közösségi vállalkozásoknak a kisvállalkozások, a dolgozói tulajdonban lévő cégek, a vegyes vállalatok és az állami nagyvállalatok mellett kell létezniük. A lényeg az, hogy a helyi közösség elegendő vállalkozás felett gyakorolhasson tényleges kontrollt ahhoz, hogy a helyi gazdaságot biztosnak tudhassa, és megszabhassa az általános termelési szokásokat. Állami, sőt, talán regionális szinten is szükség volna olyan mechanizmusokra, amelyek garantálják, hogy egyik közösség sem szórja a szemetet a másikra, és a környezeti előírásokat betartják.

Olyan modern gazdasági rendszert sajnós valószínűleg senki nem tud eltervezni, amely ökológiailag is biztosan fenntartható, miközben olyan kulcsfontosságú normákat is képes garantálni, mint a szabadság, az egyenlőség és a demokrácia. Elégedjünk meg ezért egy olyan gazdasággal, amely a fenntarthatóság logikai feltételeinek teljesítése mellett lehetőséget ad arra, hogy polgárai demokratikusan eldönthessék, miféle világban kívánnak élni.

Eszmélet (Elméleti-politikai ismeretterjesztő lap) 46. szám (2000. nyár)

Könyvajánlat

Madonna Kolbenschlag: Búcsúcsók Csipkerózsikának
Csokonai, Db. 1999.

Ha sematikusan akarunk fogalmazni, mondhatjuk azt is, hogy ez a könyv a nők helyzetét, szerepét és lehetőségeit vizsgálja a társadalomban hat klasszikus mesén - mítoszon? legendán? - keresztül. Mondhatjuk, de ezzel

összegzés helyett inkább csak kérdéseket vetünk fel: miért és hogyan lehet meséken keresztül a társadalommal foglalkozni? S ha egy mű ezt teszi, akkor milyen tudományterülethez tartozik (ha tudomány egyáltalán)? És miféle nők helyzetét tanulmányozza miféle társadalomban? És miért?

E kérdések némelyikére kézenfekvő, tényszerű válasz kínálkozik. Madonna Kolbenschlag könyve 1978-ban íródott, szerzője az irodalomtudomány és a klinikai pszichológia doktora, a nőtudományok adjunktusa, a 80-as években a Woodstocki Teológiai Központ oktatója, aki különböző nemzetközi fórumokon kutatóként és gyakorlatban is aktívan foglalkozik a nők helyzetével.

A könyvben Csipkerózsika, Hófehérke, Hamupipőke, (a nálunk kevésbé ismert) Aranyfürtöske, valamint a Békakirályfi legendáin keresztül olyan klasszikus kérdések kerülnek napirendre, mint a nők családban betöltött szerepe, a nők és a munka és az azonos és ellentétes neműek közötti kapcsolatok sematikussága. Kolbenschlag számára e problematika gyakorlatilag egyetlen pontban gyökerezik: a nők nagy része képtelen az autonómiára, azaz arra, hogy független és önálló, érett, teljes személyiségként funkcionáljon, akár pszichológiai, akár társadalmi értelemben. Egy önálló személyiség pedig képtelen arra, hogy teljes értékű emberi kapcsolatokat alakítson ki. E jelenség okait a szerző olyan archetipikus történetekből, mítoszokból vezeti le, melyek észrevétlenül vannak jelen mindennapjainkban, s befolyásolják a nők szerepéről alkotott elképzeléseinket. Ilyen például a (17 éves) Csipkerózsikáé: az örök várakozás a mesebeli hercegre tetszhalott állapotba ringatja a nőt, miközben élete elszűnik mellette, hiszen gyermekkorától kezdve arra kondicionálja környezete, hogy passzív legyen, és az egyetlen igazi kudarcnak azt tekintse, ha a herceg nem jön el. Az ilyen és ehhez hasonló sémák interiorizálódva meghatározzák a nők önmagukról alkotott képét.

Mese, mítosz, legenda, Bruno Bettelheim meseelemzései, feminista szépirodalom és irodalomkritika, pszichológiai és szociológiai tanulmányok, Kierkegaard filozófiája, Paul Tillich kortárs teológus gondolatai és nem utolsósorban személyes tapasztalatok - mind-mind szerves részét képezik a könyv gondolati egészének. Ez az a meghatározhatatlan és meghatározhatatlanul sokoldalú valami, amit interdiszciplinárisnak szokás nevezni - ez esetben a szó legjobb értelmében.

Ez a könyv éppúgy értelmezhető társadalomtudományi tanulmányként, mint egyedülálló, önállóságot felvállaló nő rendkívül személyes hangvételű vallomásként és megváltástörténetként.¹⁶

Allan and Barbara Pease: Miért nem képesek többfelé figyelni a férfiak, és miért nem tudnak eligazodni a térképen a nők?

Saxum, Bp. 2000.

Az ausztrál szerzőpáros ismeretterjesztő könyve a férfi és női gondolkodás és viselkedés különbözőségéről szól, azzal a céllal, hogy segítse a nemek közötti megértést. A könnyed és humoros stílusban íródott mű leegyszerűsített, sarkított megállapításaival valószínűleg meglehetősen provokáló. Az olvasó rengeteget megtudhat a másik nemről, legalább ugyanennyit önmagáról, valamint arról, hogyan teheti jobbá kapcsolatát.

Nem kell mindent komolyan venni, de többségben vannak a megszívlelendő állítások a könyvben. Egy a lényeg: jó szórakozást nyújt ez a könyv.

Lovik Károly: Egy elkésett lovag

Noran, Bp. 1999.

Lovik Károly, a századfordulón élt író, újságíró, valamint Európa-szerte ismert lótenyésztő Egy elkésett lovag című kötete az elmúlt év könyvkiadásának egyik érdekessége. A könyv a Noran kiadó "Ködlovagok"-sorozatának harmadik darabja (Cholnoky László és Nagy Endre válogatott novellái után). A "Ködlovagok"-könyvek annak a folyamatnak apró, ám korántsem jelentéktelen állomásai, amely során - az 1980-as évek közepétől kezdve - a magyar századforduló több, korábban kevésbé előtérben lévő szerzői életműve ismét reflektorfénybe kerülhet. Az újrakiadásokat az is motiválja, hogy az ezredforduló magyar prózája számára a kor novellisztikája fontos hagyomány.

Az Egy elkésett lovag legújabb kiadás a Bevezetéssel és az Epilógussal együtt 13 írást tartalmaz, amelyek lazán kapcsolódnak egymáshoz, így novellaciklust alkotnak, esetleg olyan regényt, melynek fejezetei részben felcserélhetők. Ahogy a kötet elbeszélője mondja: "Önálló mesék ezek, de összességükben mégis egy szerencsétlen ember életének sajátságos regényét adják.

A novellákat elsősorban a főhős (Miklós) személye és a köré szövődő tragikus szerelmek hálójába köti össze. Az elkésett lovag szerelmeinek tragikusságát elbizonytalanítja, hogy Miklós szinte minden novellában-fejezetben találkozik az egész életét meghatározó nagy szerelemmel, amely mindig más hölgyhöz fűzi. Temetésére természetesen végül csak az a nő jön el, aki egész életében gyűlölte. Lovik történeteinek főszereplője - Krúdy Szinbádéhoz és Kosztolányi Esti Kornéljához hasonlóan - folyton úton van; Argentínától Sziléziáig

¹⁶ Reichmann Angelika ajánlása

egzotikusabbnál egzotikusabb helyeken bonyolítja szerelmi kalandjait. Az Egy éj Velencében című novella olvasásakor az emblematicus helyszín miatt számos magyar és világirodalmi szöveggel vonható párhuzam. (Kemény Zsigmond: A szív örvényeitől Asbóth János: Álmodóján át akár a jól ismert Thomas Mann: Halál Velencében-ig)¹⁷

**Heinrich Böll: Doktor Murke összegyűjtött hallgatásai
elbeszélések, szatírák**

Magyar Könyvklub, Bp. 2000.

Heinrich Böll (1917 - 1985) a XX. század második felének egyik legkiemelkedőbb, ma már szinte a klasszikusok közé sorolható német írója. Számtalan elbeszélésében és feledhetetlen regényeiben (Biliárd fél tízkor, Csoportkép hölgyel) a II. világháború megrendítő élményét dolgozta fel. A háborúban ő maga megjárta mind a keleti, mind a nyugati frontot. A sorsokat kettétörő háború és a háborút követő káosz életének meghatározó élménye volt, talán ebből fakadnak a témái is.

Ezen kötet novellái az ötvenes évek ellentmondásos Németországában játszódnak, amikor a háborús sebek kezdenek begyógyulni, és felvirágzik a német

gazdasági csoda. Böll novellái egyre ironikusabbak lesznek. Böll nem kedveli az újjgazdagok világát, a hamar felejtőkét, a köpönyegforgatókét, a náciokból náciakra vadászókká átvedlettek világát. Írónk egyszóval, nagyon nem kedveli a hazugságot. Ezért gyűjti össze kötetünk címadó novellájának szereplője, doktor Murke, az író alteregója, az egyik nagy rádióadó reményteljes, ifjú és tehetséges szerkesztője a magnószalagokról kivágott hallgatásokat, a csöndet, amely legalább nem hazudik. Ezt a csöndet hallgatja pihenésképpen a gazdagságért, a hírnévért, a sikerért folytatott nagy tülekedésben.

¹⁷ Maksa Gyula ajánlata

André Gide: Ha el nem hal a mag
Magvető, Bp. 2000.

"Minden kornak, miénknek is, megvannak a maga bálványai" - olvasom Gyergyai Albert okos és érzékeny esszéjében, melyet a regényíró Gide-ről írt. S noha Gide, akit egyik legértőbb és "elfogulatlan" honi védője, Németh László sem íróként tartott igazán nagyra, egy időben nálunk is mérföld- és botránykönek számított, s a magyar írók színe-java igyekezett meghatározni a hozzá fűződő viszonyát, mára bizonyára nem számít első számú "bálványaink" közé. Gide túl azon a bizonyos "világosságon", amely a sokadrangú kismestereknek is a sajátja a franciáknál, olyan megszállott műgonddal, irodalom iránti bensőséges hevülettel és töretlen tisztelettel, a gondolat születése és szárba szökkenése körüli bábáskodással, nyelvi éberséggel, az alkotáshoz elengedhetetlen "arisztokratikus" előkelőséggel írja "spontánul" felködlő emlékeit, hogy az ember, legalábbis az (újra)olvasás idejére elhiszi, hogy az irodalmat nem lehet, még játékból sem, iroda-lomnak, felesleges fényűzésnek, a "széplelkek" gyógyírjának tekinteni. Gide könyve tartást ad a mesterségét gyakorlónak; hitet kölcsönöz a talmi értékekről és agyafúrt vagy épületes eszmékről papolók ellenében.¹⁸

Bächer Iván: Vándorbab
Ennivaló történetek
Göncöl, Bp. 1999.

Krúdy óta a magyar irodalom "evés" toposa egészen különleges jelentésekkel éledt újjá - vagy azt is mondhatnánk: teremtődött meg. Olyan műgonddal, hozzáértéssel, aprólékos odafigyeléssel eladdig senki sem kísérte figyelemmel ezt a témát, mint a századelő e halhatatlan mestere. Méltán gyanakodhatunk is arra, hogy mindez nem a kiszámíthatatlan véletlen műve. Hiszen előbb-utóbb minden Krúdy-hős odakerül a gondosan megterített asztal elé, és akkurátusan, de folyamatosan eszik úgy tíz-húsz oldalon keresztül. Történik mindez pedig valamiféle rituális szertartásosság keretei között, olyanfajta elbeszélői stílussal előadva, amely mint védekező magatartás az alapvető emberi értékek és a világ mint otthon elvesztése élménye ellenében lepleződik le. Az anekdotikus elbeszélői formán kívül azonban például maga az evés rítusa is annak a soha meg nem szűnő emberi vágynak az irányába mutat, amely szerint valahol mégiscsak otthon kellene lenni ebben a világban. Az "étkezés" toposznak ugyanezt a jelentését viszi tovább Bächer Iván könyve is. Apró "egypercesek", időnként rövidebb novella méretű írások egymásra sorjázó hada sugallja a világ leírhatóságának töredékes lehetőségét, és úgy egyáltalán: a világ elmondhatatlanságát, ám egy tematikus szál mégis megteremti a történetek közötti - nem szükségszerű - folytonosságot: ez pedig az étkezés ceremóniája. Az étel elkészítésének és elfogyasztásának a ceremóniája, amely már nem is mint pótcselekvés, hanem sokkal inkább az egyetlen értelmesnek tűnő tett tűnik föl e művekben. Az élet valóságos kerete, az egyetlen otthonteremtő, a létnek pedig időnként értelemlátszatot kölcsönző emberi tevékenység.¹⁹

Francois René de Chateaubriand: Siron túli emlékiratok
Osiris, Bp. 2000.

Emlékeink, sőt élettörténeink rögzítése nem könnyű feladat. Az alapvető probléma az adekváció és a rekonstrukció mibenlétében áll. Azaz hogy egyfelől emlékeink s a velünk történő események gazdagságának, széttartó mivoltának tudunk-e olyan formát találni, amely nem zárja le, nem gátolja e sokrétúséget, hanem hagyja érvényesülni. Másfelől egy történetet el tudunk-e úgy mesélni, egy emlékképet meg tudunk-e rajzolni oly módon, ahogy az voltaképpen megtörtént vagy belénk vésődött. Minderre az irodalmi s filozófiai hagyomány a memoire műfaját találta legmegfelelőbbnek, s örökölte a mindenkori utódokra.

Chateaubriand-nál zavartalanul bomlik ki a gazdag élettörténet a maga medrében haladva, apró, jelentéktelennek tűnő momentumoknak ugyanúgy teret engedve, mint a nagy, sorsfordító eseményeknek. S éppen ez a művének egyik legszimpatikusabb vonása: a szelektálást az olvasóra s az utókorra bízva, ő saját maga, pontosabban emlékező énje nem telepszik rá az elbeszélésre/elbeszélhetőségre, hanem hagyja azt szabadon érvényesülni. Rengeteg, színes emlékképe többek között ezért is tud könnyvvé átlényegülni, ezért is képes olvashatóvá szelídülni "egész élete története": a XVI. Lajossal történő versailles-i megismerkedésen, a külügyminiszterségen át, a madame Recamier-val való találkozásig.²⁰

¹⁸ Bálint Péter ajánlása

¹⁹ Vattamány Gyula ajánlata

²⁰ Valastyán Tamás ajánlása

Idézetek

A semmitmondásnak muszáj túllőtni - lehet, hogy minden bőbeszédűségnek ez az eredete.²¹

Hirtelen változások idéznek elő minden haladást!²²

Az a társadalom, amely az egyének legintimebb szándékairól, gondolatairól nem akar tudomást venni, beteg.²³

Valószínűleg nem lehetünk már olyanok, mint a gyerekek, de megakadályozhatjuk, hogy gyerekeink olyanok legyenek, mint mi.²⁴

Csak ha képesek vagyunk önmagunkon uralkodni, a magunk életét irányítani, akkor szólalhatunk meg hitelesen a világ dolgaiban.²⁵

Indián nyárnak azt a napos és meleg őszi időszakot nevezzük, amelyet az vált ki, hogy eltesszük a nyári ruhákat.²⁶

Amikor a gyümölcsbe harapsz, jusson eszedbe, aki a fát ültette!²⁷

Hallgatni, mikor beszélni kell, szintoly nagy hiba, mint beszélni, mikor inkább hallgatni kellett volna.²⁸

Az emberek két dolog miatt emlékeznek valakire: mert megoldott problémákat, vagy mert megteremtette őket.²⁹

Nem az a szeretet fog vissza bennünket, amelyet nem kaptunk meg a múltban, hanem az, amelyet nem adunk tovább másoknak a jelenben.³⁰

infó II. évfolyam, 12. szám.

Lezárva: 2000. november 2-án, Debrecen.

© Rénes László ®

²¹ Ansel Éva

²² Elias Canetti

²³ Nádas Péter

²⁴ Kástner

²⁵ Goethe

²⁶ Doug Larson

²⁷ Vietnámi közmondás

²⁸ Széchenyi István

²⁹ Mike Murdock

³⁰ Marianne Williamson