

*Jordan B. Peterson: Túl a renden. Újabb 12 szabály az élethez. 21. Század Kiadó, 2021; ISBN: 9789635680047*

*Petersont jól ismerjük. Nagyszerű előző könyvéről: 12 szabály az élethez – Így kerül el a káoszt! (21. Század Kiadó, 2018) – az Iparjogvédelmi és Szerzői Jogi Szemle 2018/6. számában szoltunk. E könyve, az előzővel együtt, „azért íródott, hogy reprezentálják a bennük közölt tartalom egyensúlyát.” (Forrásmegadás nélküli idézetek a könyvből, kiemelések a recenzió szerzőjétől.)*

*A Goodreads e könyvről: „A 12 szabály az élethez e folytatása további útmutatást kínál a modern élet veszélyes ösvényéhez. Előző művével az olvasók millióinak segített rendet tenni életük káoszában. E merész folytatásban Peterson arra figyelmeztet, hogy a túl sok biztonság veszélyes. Mi több, stratégiákat kínál, hogy legyűrjük a kulturális, tudományos és pszichológiai erőket, amelyek a zsarnokság felé hajlásra ösztönöznek, és arra tanít, miként támaszkodjunk ehelyett az ösztönünkre, hogy értelmet és célt találjunk, még akkor is – és különösképp akkor –, midőn tehetetlennek érezzük magunkat. Miközben a túl sok káosz bizonytalansággal és szorongással tölt el bennünket, a kontrollálatlan rend megadásba dermedt. E könyv arra hív, hogy hozzuk létre a valóság e két alapvető elvének egyensúlyát, és végigvezet a keskeny, egyenes ösvényen, amely elválasztja azokat.”*

*Petersonről a Goodreads: „Klinikai pszichológus, a Harvard és a Torontói Egyetem híres professzora. Fő kutatási területei az abnormalitás pszichológiájához, a társadalom és a személyiségpszichológiához kötődnek, különös érdeklődéssel a vallási és az ideológiai hit pszichológiája, valamint a személyiség és a teljesítmény értékelése és fejlesztése iránt.”*

*Pár adat a hatásáról és népszerűségéről saját honlapjáról:*

- honlapja és benne a blogja napi 25 ezer látogatót vonz, eddig összesen több mint 14 millió találattal az oldalon;
- az Instagramon 2 600 000 követője van;
- a TikTokon 350 000 követő;
- a Facebookon: 1 300 000 követő;
- a Twitteren: 2,1 millió követő;
- a Redditen: 270 000 követő;
- a 12 szabály az élethez előadókörútja 160+ városban járt és 500 ezren váltottak rá jegyet az USA-ban, Kanadában és Európában.

*Könyvében írja erről: „YouTube- és a podcastmegjelenéseimet a saját csatornámon, interjúalanyként másokén, illetve a számtalan klipben, amelyeket az emberek a hosszabb előadásaimból és interjúimból vágtak ki, összesen több százmilliószor nézték meg. [Előző könyve] a mostani kötet megjelenéséig mintegy négy millió példány fogyott el angol nyelven, és további ötven nyelvre fogják lefordítani, amennyiben a jelenlegi tendenciák folytatódnak.”*

Nem épp egy szobatudós! A honlapjáról: „amíg aktív volt a Patreon közösségi finanszírozást gyűjtő oldalon, tízezer aktív követővel ő volt a második leginkább finanszírozott alkotó, és a 6. legkeresettebb videó-tartalomszolgáltató. 2019-ben elhagyta a Patreont, és megalapította saját adakozás és adománygyűjtő szolgálatát. Részt vesz egy, alkotók számára szolgáló új oldal létrehozásában”, ezt a Wikipedia „társadalmihálózat-építő szolgálatként” írja le.

A 21. Század Kiadó ajánlójából: „Peterson mára a világ egyik legbefolyásosabb gondolkodója lett. Tizenkét további szabállyal áll elő: egyfelől ősi bölcsességekre hagyatkozó, nehezen fellelt igazságokkal, másfelől a legszemélyesebb tapasztalatokkal, amelyeket magánéletéből és klinikai gyakorlatából szűrt le. Ez a tizenkét újabb szabály segíti az olvasót egy bátrabb, igazabb élethez, amelyben több értelmet fog találni. Peterson felidézi, miből is meríthetünk erőt a szenvedéssel teli, kiegyensúlyozatlan időkben: a pszichológia és a filozófia köréből leszűrt tanácsokból, és az emberiség legfontosabb mítoszaiból, maradandó történeteiből.”

Petersen a problémákat, amelyek legyőzését itteni szabályai segíthetik, többnyire először az azokkal küzdő ember felől közelítve bontja ki, saját klinikai pszichológusi gyakorlatából hoz eseteket, s gondolatmenetei így vezetnek el a szabályaihoz.

*Szóljon innen önmagáért a mű* (minden további idézet onnan)!

*Alapvetése: „Hogy miért Túl a renden? Ennek bizonyos tekintetben nagyon egyszerű oka van. A rend felfedezett terület. (Amíg rá nem ébreszt a valóság, hogy az nem is olyan, mint amilyenek tartottuk. Igen durva ébredést is hozhat ez – Osman P.) Rend van, amikor az általunk helyesnek vélt cselekedet a kívánt eredménnyel jár. Az ilyen következményeket pozitívnak tekintjük, mert arra utalnak, hogy egyfelől közelebb kerültünk a célunkhoz, másfelől a világ működéséről gyártott elméletünk nagyjából helyes. Ennek ellenére a rend minden fajtájában – legyen bármilyen biztonságos és kényelmes is – ott vannak a hibák. A tudásunk arról, hogyan kellene cselekednünk a világban, mindig is hiányos marad – részben a hatalmas ismeretlennel kapcsolatos, mérhetetlen tudatlanságunk, részben az akaratlagos vakságunk miatt, és részben azért, mert a világ a maga entrópiikus módján folyamatos és váratlan változásokat produkál. Ezenkívül a rend, amit megpróbálunk ráerőszakolni a világra, hajlamos túlzottan merevvé válni, köszönhetően az arra irányuló meggondolatlan kísérleteknek, hogy minden ismeretlent kiradírozzunk a köztudatból. (Furcsa fogalmazás. Eleve, a rend egy konstrukció, nem lehet „hajlama” – a kellő erővel bírók alakítják. Intelligens ember pedig az ismeretlent nem kiradírozni akarja, hanem megismerni, s ha a dolog olyan, bevonni akarhatja a maga rendjébe – Osman P.) Amikor ezek a próbálkozások túl messzire mennek, felbukkan a totalitarizmus fenyegetése, amit az a vágy hajt, hogy teljes irányítást szerezzünk ott, ahol ez nem lehetséges még elviekben sem. (Ebben így mintha egy, a 20. században keletkezett fóbia is hangot kapna – Osman P.) Mindezzel azt kockáztatjuk, hogy veszélyesen lekorlátozzuk a pszichológiai és társadalmi változásokat, amelyek mindenképpen szükségesek ahhoz, hogy alkalmazkodni tudjunk a folyamatosan változó világhoz. (Másrészt, ezzel a hozzáállással nagyon kell vigyáznunk, nehogy a rendfóbia irányítása alatt*

olyannyira korlátozzuk a korlátozást, hogy az már káros, végső soron kezelhetetlenségbe hajló rendetlenségbe sodorjon – Osman P.) És végül elkerülhetetlenül szembesülünk annak a szükségességével, hogy túllépjünk a renden, éppen annak ellenkezőjébe: a káoszba.” – A matematikában a végtelen kezelhető mennyiség, megfelelő eszközökkel, bizonyos keretek közt műveleteket lehet végezni vele. Nagyjából ilyen az a káosz is, amely Peterson e szava mögött állhat. A szakmánknál maradva, amikor a felfedezéssel, kutatással, fejlesztéssel túl igyekszünk lépni a tudomány állásán, bizonyos vonatkozásokban lerázni az abból következő „nem lehetséges” bilincseit, akkor sem valami rend és szakmai/természeti törvények nélküli területre igyekszünk, hanem olyanra, ahol nagyon is van felismerhető rend, vannak törvények, de azok a korábbiaknál több mozgásteret, alkotói szabadságot adnak, több lehetőséget új dolgok létrehozására. Mintha adná magát, hogy Petersen „káosza” is valahogy így értelmezendő.

„Ha a célunk a rend – amikor a nehezen megszerzett bölcsességünkkel összhangban cselekszünk –, nem számítunk rá (vagy nem is vesszük észre), hogy a káosz előugrik a minket körülvevő lehetőségek közül. A tény, hogy valami a múltban már többször is előfordult, nem garantálja, hogy a továbbiakban is mindig ez fog történni.” – Ezzel az egyetlen, tökéletes mondattal teljes joggal le lehet nullázni a tőzsdei befektetés egyik nagy iskoláját, a technikai elemzést. S ó, jaj, fájdalom, a makrogazdaságtan sok törvénye is így veszti működőképességét.

„Létezik egy terület azon túl, amit értünk és amit előre tudunk látni. A káosz anomália, újdonság, kiszámíthatatlanság, átalakulás, szétbomlás, és nagyon gyakran zuhanás, amikor valamiről, amit természetesnek veszünk, kiderül, hogy megbízhatatlan. Időnként csak finoman manifesztálódik, a tapasztalatban mutatja meg a misztikusságát, ami kíváncsivá, elkötelezetté, érdeklődővé tesz minket. Ez különösen valószínű – bár nem elkerülhetetlen –, amikor önként, óvatos megfontoltsággal és fegyelmezettséggel közelítünk meg valamit, amit nem értünk. (Attól, hogy nem értjük, legfeljebb nekünk tűnhet kaotikusnak, de nem szükségképp az is! Mi jobb példa erre, mint ahogy Einstein elutasította – s amennyire tudható, mindvégig utálta – a kvantummechanikát. Niels Bohr jólnevelt atommodellje helyére is valami kaotikus izé lépett, helyes, gömbölyded elektronok helyén statisztikus valószínűségekbe burkolózó felhőkkel, de a megismerés ezt a káoszt is kezelhető törvények rendjévé szelídítette – Osman P.) Más alkalommal a váratlan ijesztő módon, hirtelen, véletlenszerűen fedi fel magát, mi pedig összeomlunk, darabokra hullunk, és csak nagy nehézségek árán tudjuk újra összeszedni magunkat – ha egyáltalán sikerül.”

„Valójában sem a rend, sem a káosz állapota nem elviselhetőbb vagy kívánatosabb a másikhoz képest. [A könyv mondandójában eléggé egyértelműen megmutatkozik Petersen nem épp túlzottan rendpárti hozzáállása, de ezt a tételt így kimondani meglehetősen meredek. Szép cél, hogy a szabadságot keresi – fejtegetéseiben azt félti a rendtől –, de az optimumot talán Berzeviczy Albert fogalmazta meg kifogástalanul: 'A szabadság a cél, a rend az eszköz.' (Gali Máté: Berzeviczy Albert – Athenaeum Kiadó, 2017), s persze a nagyon nem konzer-

atív József Attila: 'Jöjj el, szabadság! Te szülj nekem rendet' (Levegőt!) – Osman P.] Nem is szabad ebből a szemszögből tekintenünk rá. A 12 szabály az élethez c. könyvemben leginkább arra fókuszáltam, hogyan lehet helyrehozni a túl sok káosz következményeit. A hirtelen és előre nem látható változásra úgy reagálunk, hogy fiziológiailag és pszichológiailag is a legrosszabbra készülünk fel. És mivel csak maga a Jóisten a tudója, mi lehet a legrosszabb, tudatlanságunkban minden lehetőségre fel kell készülnünk. *Ezzel a folyamatos készülődéssel azonban az a probléma, hogy kimerít minket.* Nem azt akarom mondani, hogy a káoszt teljesen fel kellene számolni (ez egyébként is lehetetlen volna), de *az ismeretlen nagy elővigyázatossággal kell menedzselni*, ahogy arra az előző könyvemben több alkalommal is kitértem. (Igazából az ismeretlen nem tudjuk menedzselni, hanem magunkat igyekszünk úgy felkészíteni, hogy képesek legyünk azt kezelni, ha ránk szakad – Osman P.) *Amit nem érint meg az újdonság, az stagnálni fog*, és kétségtelenül igaz, hogy az élet kíváncsiság nélkül – ez az ösztön hajt minket az ismeretlenbe – a létezés meglehetősen csökkent értékű formája lenne. (A mondat második fele egy erős hiánnyal tényleg igaz: messze nemcsak a kíváncsiság hajt az ismeretlenbe, hanem a jobbításnak, valamint az új dolgok létrehozásának, az alkotásnak a vágya. Az elejéhez viszont: egyáltalán nem szükségszerű, hogy kívülről jöjjön és érintsen meg' az újdonság – csak az stagnál, ami nem akar vagy tud fejlődni – Osman P.) *Ami új, az izgalmas, magával ragadó és provokatív, feltételezve, hogy a bemutatkozásának a sebessége nem ássa alá és nem destabilizálja menthetetlen módon a fizikális állapotunkat.*" – Hozzáállás kérdése. Pusztán a minőség, hogy „új”, még egyáltalán nem jelenti, hogy jó lehetőségek dominálnak benne. Van, hogy igazak Babits Mihály szavai: „Ha a jövevény lenézve így szól: 'Én vagyok az Új!' – feleld: 'A Régi jobb volt!'” (A gazda bekeríti házát) Ember, szervezet, akkor érzi az újat pozitívnak, magával ragadónak, ha elég erősnek tartja magát megbirkózni a benne rejlő kihívásokkal és kiaknázni az új lehetőségeket. S vajon miért szűkít Peterson „fizikálisra”?

*Erről szól:* „Ez a kötet az előző könyvvel ellenétben *azzal az átfogó problémával foglalkozik, hogyan lehet jövedelmező módon elkerülni a túlságosan nagy biztonság és kontroll veszélyeit.*” – Bizonyára joggal mondható, hogy e tekintetben az antitézis korát éljük, és Peterson is erre reagál. Antitézis vagy „fóbia” (ahogy megkockáztattuk): alighanem újdonság az emberiség viharos történelmében, hogy „*túlságosan nagy biztonság*” lépjen elő fenyegető veszedelemként. A túlzott kontroll vitathatatlanul rossz, ám ehhez is két kritikus jelentőségű kérdés kapcsolódik: 1. Miként található bárminemű tisztességes mérce ahhoz, hogy meddig szolgálja a kontroll az egészséges stabilitást, s mikor válik egészségtelenné? 2. Milyen intézményes eszközök biztosíthatják, hogy a túlzott kontroll elkerülésének nagy igyekezete ne sodorjon közveszélyes anarchiába?

„Mivel a tudásunk nem elégséges (ahogy arra rá kell jönnünk, amikor a dolgok, amelyeket kontrollálni próbálunk, mégis elromlanak körülöttünk), *egyik lábunkat a renden belül kell tartanunk, míg a másikkal tapogatózva túl kell lépünk azon.* Valami arra ösztönöz

minket, hogy a határon állva felfedezzük és megértsük a mélyebb jelentéseket, elég nagy biztonságban ahhoz, hogy kordában tartsuk a félelmünket, de közben tudjunk tanulni, folyamatosan tanulni, mialatt szembenézünk azzal, amivel még nem békéltünk meg, vagy amihez nem alkalmazkodtunk. Ez a gondolatoknál sokkal mélyebb ösztön terelget minket a helyes irányba az életben, hogy ne terhelődjünk túl attól, amit nem értünk, vagy – ami még veszélyesebb – ne gyengítsenek és bénítsanak meg a régimódi, szűk látókörű vagy gőgösen hivalkodó érték- és hitrendszerek.” – A „gondolatoknál sokkal mélyebb ösztön” – ez jó kifejezés, de még jobb kérdés, vajon a pszichológián innen, a való, számtalan erő által mozgatott és manipulált világban milyen eredettel és milyen mechanizmussal „terelget” az bennünket, s mitől is helyes az a „helyes irány”? Ami pedig az említett rút, elítélően minősített érték- és hitrendszereket illeti, korunkban elég világosan megmutatkozik, hogy ebben sokkal több az érdekek csatája, mint az azoktól független, objektív mérce.

*A szabályokról előljáróban, röviden:* „Hogy egészen pontosan miről is írtam? Az I. szabály a stabil, kiszámítható társadalmi struktúrák és az egyén pszichológiai egészsége közötti kapcsolatot írja le, és *amellett érvel, hogy az ilyen struktúrákat időnként fel kell frissíteniük a kreatív embereknek*, ha meg akarják őrizni az életképességüket. (‘Kreatív embereknek’? Ez egy régóta napirenden lévő, sorsdöntő jelentőségű kérdésre rezonál. A társadalmi struktúrák eleve nem statikusak. Nem is lehetnek azok, hiszen emberek nagy és összetett halmaza alkotja azokat, s ezzel a struktúrák szükségképp is változnak. A mindenkori struktúra a pillanatnyi erőviszonyoknak felel meg, a változásait pedig a halmaz részei közti erőviszonyok változásai hozzák. A nagy kérdés, milyen mértékig lehetséges, hogy „kreatív emberek” katalizálják, felgyorsítsák, esetleg valamelyest még irányítsák is a változást, másrészt lehetnek-e ők maguk képesek azt elhozni. Ne feledjük: többnyire az erőviszonyok megfelelő konstellációja kell ahhoz, hogy egy-egy társadalmilag is jelentős hatású tudományos áttörés erőre kaphasson. Amit pl. némi eufemizmusmal felvilágosodásnak nevezünk, az nem csekély részben az egyház kiűzését célozta a gondolkodás megváltoztatása révén a világi hatalomból, s aligha mehetett volna végbe az abban érdekelték elegendően erős támogatása nélkül. – Osman P.)

*A II. szabály egy évszázados alkimistarajzot elemez több ősi és modern történetre támaszkodva, hogy megvilágítsa az egységes emberi személyiség természetét és fejlődését.*

*A III. szabály azon (a psziché folyamatos megújítása szempontjából létfontosságú) információk elkerülésének a veszélyességére figyelmeztet, amelyeket a negatív érzelmek (például fájdalom, szorongás, félelem) felszínre bukkonása jelez.*

*A IV. szabály azt mondja ki, hogy a célok, amelyek a nehéz időszakokban életben tartják az embereket, nem annyira a tűnékeny boldogságban keresendők, mint inkább a magunk és mások irányában mutatott érett felelősségvállalás önkéntes adoptálásában. [Vajon volt-e, van-e, lesz-e társadalom, amelynek nagy többsége e szerint működik, vagy inkább Petersen e tételére János Evangéliumának szavai illenek: ‘Az én országom nem e világból való.’ (18:36)? Az emberek magatartását irányító környezeti körülmények, az azokat formáló erők*

nagyon nem arra indítanak, hogy a túlélés kulcsát a szolidaritásban leljék meg – igaz viszont, hogy a mindenkori legjobbak közt erre is sok példa található – Osman P.]

Az V. szabály egyetlen egyszerű példát villant fel, amelyet a saját klinikai pszichológusi tapasztalatomból vettem át, hogy ezzel illusztráljam a *lelkiismeret parancsára való odafigyelés* személyes és társadalmi szükségességét.

A VI. szabály azt írja le, *milyen veszélyt rejteget*, ha komplex egyéni és társadalmi problémák okát olyan szimpla változóknak tulajdonítjuk, mint a szex, a társadalmi osztály vagy a hatalom. ('Szimpla változó' lenne a társadalmi osztály – azaz valójában a társadalmi struktúra, valamint a hatalom? Az 'osztály' erősen idejétmúlt, a struktúra viszont szinte mindennek a kerete, mozgásteret – s mi más mozgatja a mai világot, mint a 'hatalom', e fogalom igen sokrétű jelentésével? – Osman P.)

A VII. szabály körvonalazza, *mi a legfontosabb kapcsolódási pont* az egy irányba mutató, fegyelmezett törekvés és a viszontagságokkal szemben ellenállást mutatni képes, egyéni karakter kialakítása között.

A VIII. szabály az *esztétikai élmény fontosságára összpontosít*, mint iránymutatóra ahhoz, mi jó, igaz és fenntartható az emberi tapasztalás világában. (Érdekes tétel – Osman P.)

A IX. szabály szerint a múlt tapasztalatait, amelyek jelen idejű megidézésükkor továbbra is tele vannak félelemmel és fájdalommal, meg lehet fosztani rémületes voltuktól, mégpedig önkéntes verbális felfedezéssel és felülvizsgálattal. (Bárcsak – ám mit is ad, ha eljutunk erre? S ha megfosztjuk 'rémületes voltuktól', marad-e elég elrettentő erejük, hogy ne ismételjük a múlt hibáit és bűneit? Izgalmas, mit mond erről Petersen – Osman P.)

A X. szabály felhívja a figyelmet arra, *mennyire fontos ápolni a jóindulatot, a kölcsönös tiszteletet és az őszinte együttműködést*, amelyek nélkül nem lehet igazi romantikus kapcsolatot fenntartani.

A XI. szabály *leírja az emberi tapasztalás világát* olyan módon, hogy kifejti, mi motivál három nagyon gyakori, de végzetesen veszélyes pszichológiaireakció-mintát, és körvonalazza a katasztrófális következményeket, ha bármelyiknek az áldozatául esünk, továbbá felvázol egy alternatív útvonalat.

A XII. szabály *arra mutat rá, hogy a hála kifejezésre juttatását az élet elkerülhetetlen tragédiái közepette a csodálatra méltó morális bátorság* (ami szükséges ahhoz, hogy folytassuk nehéz menetelésünket felfelé) elsődleges manifesztációjának kellene tekintenünk.”

Hogy mennyire segíthetnek ezek a szabályok az élet elnevezésű akadálypályán, azt ki ki magának tapasztalja meg – az viszont bizonyos, hogy remek szellemi kaland végigvenni Peterson e gazdagon szerteágazó gondolatmeneteit.

*Nézzünk bele egy kicsit a szabályokba!*

*I. Szabály: Ne tüntesd fel gondatlanul rossz színben a társadalmi intézményeket vagy a kreatív vívmányokat!*

Ez a józan ész szava – minő kár, hogy a modern közéletet más tényezők vezérlik! A fejezet magas szintű, érdekes és tanulságos pszichológiai eszmefuttatással szolgál.

*A sokatmondó alcímekből: Magányosság és zavarodottság / Az épelméjűség mint társadalmi intézmény (Eretnek megjegyzés: mire megy a társadalom épelméjűség nélkül, s a politika az épelméjűséggel?) / A rámutatás lényege / A bolond haszna / A főnök / A személyiség mint hierarchia – és képesség a transzformációra.*

Egy különösen érdekes eleme: Peterson a közösség szerepét fejtegeti a személyes mentális egészség fenntartásában. Ennek részeként: „Az emberek más emberek között léteznek, nem csupán különálló egyénként. *Az egyének nem kell tökéletesen működni, ha a viselkedése legalább minimális mértékben elfogadható mások számára. Egyszerűbben megfogalmazva: kiszervezzük az épelméjűséget.* Az emberek nemcsak a saját elméjük integritása miatt maradnak mentálisan egészségesek, hanem mert a körülöttük lévő folyamatossan emlékeztetik őket arra, hogyan cselekedjenek, gondolkodjanak és beszéljenek.” – Ámde: kritikus kérdés ebben, miként feleljünk meg másoknak úgy, hogy ne veszítsük el önmagunkat, és ne nyomasszon az állandó kompromisszum. Másrészt, mennyire ment fel ez az egyéni felelősség alól?

*Két karakteres részlet:*

*Egy alaptétel* a gondolatmenetben: „Ha nem olyan dologról kommunikálsz, ami másokat is érdekel, akkor a kommunikációd értéke – a saját jelenlétével együtt – könnyen nullára zuhanhat.”

*A nagy kelepce:* „A társadalmi világ leszűkíti és specifikálja a környezetünket számunkra, kijelöli, mi fontos. És a tény, hogy mélyen társas lények vagyunk, újabb sor korláttal nehezíti a helyzetet: biológiai és pszichológiai szükségleteinkkel összhangban kell érzékelnünk és cselekednünk, ám mivel egyikünk sem tud elszigeteltségben élni, ezt mások által is jóváhagyott módon kell tennünk. Ez azt jelenti, hogy *az alapvető biológiai problémáinkra kitalált megoldásoknak társadalmilag is elfogadhatóknak és alkalmazhatóknak kell lenniük.* Érdemes megvizsgálni, *e szükségszerűség miként korlátozza a szóba jöhető megoldásokat.* A tervnek alapvetően meg kell oldania valamilyen létező problémát. A többiekhez is kell szólnia – gyakran a tervek versenyztetése formájában –, *különbén nem fognak veled együttműködni, sőt, talán még ki is állnak ellened.* *Vagyis ha valamit értékesnek tartok, meg kell határoznom, miképpen húzzanak belőle hasznot mások is.* Nem lehet, hogy csak nekem legyen jó: a körülöttem lévőek számára is előnyösnek kell lennie. És ez sem elég – ami azt jelenti, hogy a világ érzékelésében és a cselekvésben még több a kényszerítő körülmény.”

*A summázat:* „Végtelen számú probléma létezik, és elméletileg végtelen számú megoldás, de azoknak a megoldásoknak a száma, amelyek egyszerre működnek gyakorlati, pszichológiai és társadalmi szempontból, igencsak véges.” A folytatás igencsak felvet kérdéseket: „*A megoldások korlátozott száma valami olyasminak a létezésére utal, mint a természetes erkölcs.* Ennek a természetes erkölcsnek a létezése az, ami egyszerre teszi helytelenné és veszélyessé a társadalmi intézmények elhamarkodott leszólását. Helytelen és veszélyes, mert ezek

az intézmények azért jöttek létre, hogy megoldják a problémákat, amelyeknek a megoldása nélkülözhetetlen az élet folytatásához. Messze nem tökéletesek – de a jobbá tételük ahelyett, hogy rontanánk rajtuk, valóban komoly kihívás.” – Két mondatban a társadalomfilozófia egyik alapkérdése: vajon valóban valami spontán módon formálódtak ki a kérdéses intézmények, vagy nagyon is a mindenkori hatalom érdekei szerint? A feladat megoldásának megközelítését az ezt követők vázolják fel: „Tehát fogom a világ komplexitását, redukálom egyetlen ponttá, hogy képes legyek cselekedni, és teszem mindezt úgy, hogy számításba veszek mindenki más is, és az ő jövőbeli önmagukat. Hogyan hajtom ezt végre? Kommunikációval és egyezkedéssel. Kiszervezem a félelmetesen bonyolult kognitív problémát a tágabb világ erőforrásainak.”

*Még egy alaptétel:* „Az élet nem csupán egyetlen játszma, hanem játszmák sorozata, amelyekben van valami közös (akármi is határozza meg a játékot), és valami egyedi (különben nem lenne értelme a több játéknak). A legjobb játékos ezáltal nem egy adott játék győztese, hanem – egyebek közt – az az ember, akit a legtöbben invitálnak meg a legkülönfélébb játékokba. Hogyan játsszál, hogy te legyél a legkívánatosabb játékos? Milyen struktúrát alakíts ki magadban, hogy így tudjál játszani? Ez a két kérdés összekapcsolódik, mert a struktúra, amely lehetővé teszi számodra, hogy megfelelően (és egyre nagyobb automatikus vagy begyakorolt precizitással) játsszál, csak az állandó gyakorlás folyamata alatt alakul ki. Hol tanulhatsz meg helyesen játszani? Bárhol... ha elég szerencsés és figyelmes vagy.”

*Trükkös tanács, különös filozófiával:* „Tanácsosabb feltételezni a tudatlanságot, és felvállalni a tanulást, mint megfelelő tudást színlelni, és kockáztatni az ezzel együtt járó vakságot. Sokkal jobb barátokat szerezni azzal, amit nem tudsz, mint azzal, amit igen, mivel az előzőből végtelen az utánpótlás, míg az utóbbiból véges. Amikor körbezártak vagy sarokba szorítottak – nagyon gyakran a saját makacsságod vagy valami tudat alatt előnyben részesített feltételezéshez való ragaszkodásod miatt –, minden a segítségedre lehet, amit még nem tanultál meg.”

*II. Szabály: Képzeld el, ki lehetnél, azután csak ezt a célt tartsd szem előtt!*

*Az indításból:* „Honnan tudod, ki vagy? Elvégre a bonyolultságod meghaladja a saját felfogóképességedet; komplexebb vagy, mint bármi más létező dolog, kivéve a többi embert – elképzelhetetlenül összetett. És a tudatlanságodat tovább bonyolítja, ha összekevered, hogy ki vagy és ki lehetnél. Hiszen nemcsak az vagy, ami, hanem az is, amivé válhatsz – és az utóbbi lehetséges kiterjedése szintén a felfogóképességed felett áll. Hiszem, hogy *mindenki érzi, jóval több van benne, mint amit képes felismerni.* Ezt a potenciált gyakran elfedi a leromlott egészségi állapot, a balszerencse, az élet szokásos tragédiái és balesetei. De elfedheti az is, ha valaki nem hajlandó élni az élet adta lehetőségekkel – az ilyen sajnálatos esetek közé tartozik a fegyelem, a hit, a képzelőerő és az elkötelezettség hiánya. Ki vagy te? Vagy ami még fontosabb: ki lennél, ha mindaz volnál, amit csak el tudsz képzelni? Vajon az ilyen kérdésekre lehetetlen válaszolni, vagy léteznek olyan, általunk elérhető források, amelyekből iránymutatást nyerhetünk? Elvégre tízezer (vagy százezer) éve tanulmányozzuk a saját



viselkedésünket, sikereinket és kudarcainkat.” S egy remek tétel a szövegből: „Aki mer, az nyer – ha életben marad.”

Az alcímekből: A felejthetetlen felbukkanása / Materia prima: ki lehetnél? (I.) / Hogyan cselekedj? „A legnagyobb, legemlékezetesebb tettek imitálása és kommunikációja szükséges az emberi faj legmélyebb bölcsességében rejlő mintázatok leparlásához és közvetítéséhez. Mindenkinél szüksége van egy történetre, hogy strukturálja a megfigyeléseit és a tetteit, különben csak a mindent elborító káoszt fogja érzékelni.”

III. Szabály: Ne rejtse el a ködbe a nemkívánatos dolgokat!

Az indításból: „Ne tettesd, hogy örülsz valaminek, ha nem így van, és ha elméletben létezhet megoldás, amelyről lehet tárgyalni! Vívjátok meg a harcot! Lehet, hogy nem lesz kellemes, de így egy szalmaszállal kevesebb nyomja majd a teve hátát. És ez különösen igaz azokra a napi eseményekre, amelyeket mindenki jelentéktelennek ítél – például az ebédnél használt tányérokra. Az élet az ismétlésekről szól, és megéri a jó ismétlésekre vadászni.”

Az alcímekből: Egyszerűen nem éri meg a harcot / Korrupció: aktív és passzív mulasztás – „A korrupció abban a formájában, ahogy mi beszélünk róla, véleményem szerint szervesen kapcsolódik a becsapáshoz – vagy nyersebben fogalmazva: a csaláshoz –, és ami még fontosabb, az önbecsapáshoz. Számos olyan tényező és körülmény van, amelynek a hatására az önbecsapás elméletben megtörténhet. A pszichoanalitikusok – Freuddal az élen – ezek közül sokat már felfedeztek” / Mi a köd? – „Jobb békén hagyni azt, ami rejtélybe burkolódik. Jobb nem gondolni túl sokat (vagy egyáltalán nem gondolni) arra, mi lehet az. Elvégre amikor a tudatlanság áldás, bolond, aki bölcs.” / Események és emlékek – „Nem könnyű kiszűrni a tapasztalatokból a hasznos információt. Az elképzelhető legegyszerűbb reagálás ezzel szemben, ha félrefordítjuk a fejünket, és elvetjük a gondolkodást, miközben áthághatatlan akadályokat emelünk az őszinte kommunikáció elé. Sajnos hosszú távon ez a fajta akaratlagos vakság mocsrárban és ködben hagyja az életet; ott marad az ürességben, láthatatlanul, alaktalanul, céltalanul – te pedig csak botorkálsz összezavarodva és döböntően.”

IV. Szabály: Vedd észre: ahol megszűnt a felelősség, ott mindig van lehetőség!

A sajátos tétel magyarázata a lezárásból: „Ami kihív téged a világba – a sorsod elé –, az nem a könnyebbség. Az maga a küzdelem és a küszködés. Keserű viszály, és az ellentétek halálós játéka. Valószínű – sőt, elkerülhetetlen –, hogy életed kalandja dühöt, csalódottságot és zavart kelt benned, ahogy engedelmességed a lelkiismeret hívásának, válladra veszed a felelősséget, és elfogadod a világ kihívásait. De ez az, ahol az iránymutató és menedéket nyújtó mélyebb jelentést megleled. Ez az, ahol a dolgok felsorakoznak benned; ahol az összetört és szétszóródott darabkák összeállnak; ahol a cél manifesztálódik; ahol a jó és helyes támogatást nyer, a gyenge, megvetésre méltó, arrogáns és destruktív pedig elbukik. Itt lehet megtalálni az életet, amit élni érdemes – és amit meg is találsz, ha van benned akarat. Vedd észre: ahol megszűnt a felelősség, ott mindig van lehetőség!” – Kivételes egyéniségeknek, akiket köznapi ember leginkább csodál, de meg nem ért.

*Az alcímekből:* Felelősség és jelentőség / Apád megmentése: Ozirisz és Hórusz – „Amikor valamilyen kihívással nézel szembe, magával a világgal kelsz birokra, és közben információt gyűjtesz. Ez tesz többé annál, mint ami vagy. Egyre inkább az leszel, aki lehetnél. Hol van a felső határ? Nem tudjuk. Vallási struktúráink is csak célozgatnak rá. Mi lenne az az emberi lény, aki – hogy így fogalmazzak – maximumra van hangolva? Hogyan manifesztálódna az, aki arra rendeltetett, hogy teljes felelősséget vállaljon a világ összes tragédiájáért és gonoszságáért? *Az ember végső kérdése nem az, kik vagyunk, hanem hogy kik lehetnénk.*” / Boldogság és felelősség – „*nem valószínű, hogy ami optimalizálja az életedet hosszú távon, az a boldogság.* Nem tagadom a kívánatosságát. Ha beköszönt, fogadd hálával és tárt karokkal (de légy óvatos, mert meggondolatlanra tehet!)” és „*[f]elelősség hiányában boldogság sincs.* Ha nincs értékes és értékelhető cél, nincs pozitív érzélem! (Ezt elég nyilvánvalóan sokan vitatnák – Osman P.) Erre kérdezhetnéd: ’Mi számít értékes célnak?’” / Vedd fel az extra súlyt! – Egy sajátos tétel innen: „A legnagyobb játékosok vonzóak. Az attraktív emberek társakat csalogatnak magukhoz. Minél jobban hasonlítunk a mintázatra – a magasabb rendű mintázatra –, annál valószínűbb, hogy életben maradunk, és megvédjük a családjunkat. *A játéktér az erkölcsi viselkedésük alapján választja ki a játékosokat. Ezáltal biológiailag fel vagyunk készítelve rá, hogy pozitívan reagáljunk a Nagy Játékosra, és leutánozzuk őt* – s akár erőszakosan is, de ellenálljunk a csalásnak, a megtévesztésnek, a hamisságnak. És a saját lelkiismereted – az ösztönöd a morális erényre – az, ami jelzi, ha letérsz az útról” és még egy: „*[h]ogy mi az élet szenvedésének és rosszindulatának a gyógszere? A lehető legmagasabb cél.*”

V. Szabály: *Ne tedd, amit gyűlölsz!*

Szinte magától értetődő tanács, csak követni kerülhet kegyetlenül sokba. A nehézségei ott kezdődnek, hogy a legtöbb ember csak áldozatok árán választhatja meg az élet és munkakörülményeit és – környezetét. A bevezetésből: „Azért tesszük, amit teszünk, mert fontosnak gondoljuk, legalábbis más dolgokhoz képest, amelyek szintén lehetnének fontosak. Mérlegeljük, mit tartunk áldozathozatalra érdemesnek és követésre méltónak. Ez az érdem motivál minket cselekvésre, akkor is, ha az adott cselekedet nehéz és veszélyes. Amikor kényszerítenek, hogy gyűlöletes és ostoba dolgokat csináljunk, akkor azzal az értékstruktúrával ellentétesen fogunk cselekedni, amelyik egyszerre motivál minket a bátor elötérőésre, és védelmez attól, hogy átadjuk magunkat a zavarodottságnak és a rettegésnek. *Azzal csalunk a játékban, amelyet önmagunkkal játszunk, hogy elszenvedjük az árulás ürességét, és először csak absztrakt módon érzékeljük, majd meg is tapasztaljuk testet öltött formában az elkerülhetetlen veszteséget.*” – A köznapi életben sokaknak ez úgy jelenik meg, hogy így dolgoznak a megélhetésért, vagy így élnek kapcsolatokban, és nem tudják/merik kitépni magukat ebből.

*Az alcímekből:* Kóros rend mindennapi álcában / Erősítsd meg a pozíciód! / Gyakorlati dolgok

A renden túllépés szabadsága itt számunkra is elfogyott. A rend pedig egyrészt a terjedelmi korlát, másrészt, hogy a könyv messze túlnyomó többségének felfedezését meghagyjuk

az Olvasónak. Így már csak az maradt, hogy megmutathatjuk a további szabályokat – ha rejtélyesen cseng, annál vonzóbb! –, legfeljebb egy-egy apró részletet kiragadva:

*VI. szabály Felejtsd el az ideológiát!*

„A hamis bálvány végzetes vonzereje: „Gondolj azokra, akik ugyan nem mentek olyan messzire, hogy magukévá tegyék a marxista-leninisták és a náci hitélet vesztett ideológiáit, de azért hisznek a modern világra jellemző mindennapi -'izmusokban': konzervatizmus, feminizmus (illetve minden etnikai és nemi alapú csatolmánya), posztmodernizmus, 'environmentalizmus', csak hogy néhányat említsek. Ezek az emberek gyakorlatilag mind egyistenhívők – vagy ha nem, akkor is nagyon kis számú istent tisztelnek. (Vagy csak teljesen feladták, hogy önállóan gondolkodjanak a világról! – Osman P.) Az isteneik azoknak az alapvető hiteknek az axiómái, melyeket a priori el kellett fogadni még a hitrendszer adaptálása előtt.”

*VII. szabály: Munkálkodj a lehető legkeményebben legalább egy dolgon, és nézd meg, mi történik!*

„Ha olyan keményen munkálkodsز egyetlen dolgon, ahogy csak tudsz, megváltozol. Ráadásul *elkezdész egyénné alakulni a lármázó sokaságból*, amibe egykor tartoztál. És az az egy, megfelelően kialakított dolog nem csak egy fegyelmezett entitás, amelyet az áldozathozatal, az elkötelezettség és a koncentráció formált meg. Az fogja létrehozni, elpusztítani és átalakítani magát a fegyelmet – vagyis a civilizációt –, mégpedig azért, hogy kifejezésre juttatja személyiségi és társadalmi egységét. *Ez az igazság szava, amelytől a káoszról kialakult, ott-honos rend funkciói örökre függeni fognak*. Dolgozz egyetlen célért olyan keményen, ahogy csak tudsz, és meglátod, mi történik!”

*VIII. szabály: Próbáld az otthonod egyik szobáját a lehető legszebbé tenni!*

„A szépség visszavezet téged ahhoz, amit elvesztettél. A szépség emlékeztet arra, ami örökké immúnis marad a cinizmusra. A szépség pontosítja a célzásodat. A szépség eszedbe juttatja, hogy létezik kisebb és nagyobb érték. *Sok dolog van, amiért érdemes élni*: szerelem, játék, bátorság, hála, munka, barátság, igazság, báj, remény, erény, felelősségtudat. *A szépség azonban mind közül a legfontosabb.*”

*IX. szabály: Ha a régi emlékek még felzaklatnak, írd le őket gondosan és minél teljesebben!*

„*Az a sorsunk, hogy renddé alakítsuk a káoszt*. Ha a múltat nem sikerül rendezni, a káosz folyamatosan kísérteni fog minket. Az emlékekben létfontosságú információk rejtőznek, *Ha szakadatlanul kínoznak az emlékeid, vedd észre, hogy ez egy lehetőség – ami a megváltásod lehet –, és csak arra vár, hogy felfedezd!*”

*X. szabály: Tervezz és dolgozz fáradhatatlanul, hogy fenntartsd a romantikát a társas kapcsolatodban!*

„Megházasodsz, ha van egy kis bátorságod – ha van hosszú távú víziód, valamint képességed a felelősségvállalásra; ha elég felnőtt vagy –, és *elkezdéd átalakítani kettőtöket egy elfogadható személyiséggé*. Az az igazság, hogy a részvétel egy ilyen kétes folyamatban olyan személlyé alakíthat titeket, aki képes a továbbfejlődésre. Ezért beszélgetsetek! Mindenről.

Nem számít, mennyire fájdalmas. És teremtetek békét! És köszönjétek meg a gondviselésnek, ha sikerül, mert a küzdelem az alapállapot!”

*XI. szabály: Ne engedj a keserűségnek, a csalárdságnak és az arroganciának!*

„Mi lenne, ha egy kicsit jobban kordában tudnánk tartani a rosszindulatunkat, felelősségteljesebben szolgálnánk és alakítanánk át az intézményeinket, és nem lennénk annyira keserűek? Csak Isten a tudója, hol lenne a felső határ. *Mennyivel lehetne jobb minden, ha elkerülnénk a kísértést a létezés struktúrájának aktív vagy passzív eltorzítására; ha a lét viszontagságai miatti haragot hálával és őszinteséggel váltanánk fel?*”

*XII. szabály: Szenvedéseid ellenére is légy hálás!*

„Noha a világ nagyon sötét hely, és mindenkinek vannak sötét foltok a lelkében, egymást a valóság és a lehetőségek egyedi keverékének látjuk, ami egyfajta csoda: olyan, ami ténylegesen képes manifesztálódni a világban, a bizalmon és szereteten alapuló kapcsolatainkban. *Ez pedig olyasmi, amiért őszintén hálás lehetsz. Olyasmi, amiben felfedezheted a feneketlen mélység és sötétség gyógyszerét.*”

*Dr. Osman Péter*