

Kopp Mária

A 21. századi ember lelke*

Riasztó a magyar társadalom egészségi állapota, különösen a férfiaknak romlik a helyzete. Ennek meghatározóan lelki okai vannak. Ahogyan az egészség szavunk szépen kifejezi, a testi-lelki jóllét összefügg, csak a lelkileg is ép mondhatja magát egészségesnek. Gyorsan terjed a kóros lehangoltság, a depresszió hazánkban. Nem igaz, hogy a magyar eleve kiábrándulásra, lehangoltságra hajlamos nép lenne. Sokkal inkább jellemzője a tennivágyás, a minél jobb teljesítményre való törekvés. De ha ez a szándék nem teljesezhet ki, az egyén értéktelenségnek érzi magát, önképe romlik, és ennek folyamánya a kóros lehangoltság. Figyelemreméltó, hogy a magyar népességben a világátlagnál magasabb a kóros hangulatingadozásra való hajlam, melynek során a lehangoltság és felhangoltság érzelmi végletei váltják egymást. A felhangolt állapot segítheti az alkotó tevékenységet. Nyíri Tamás szép képét használva a lelkesedés angyala legyűrheti a kiábrándulás démonát.

A 2006-ban befejezett országos reprezentatív felmérés eredményei szerint, a Hofstede féle kulturális dimenziók alapján a magyarság a világ egyik leginkább individualista népe. Eltérünk ebben a környező népektől, a magyarok individualizmusának mértéke csak az angolszászok szintjével vethető össze. Ezért a magyar népességnek az egyéni teljesítményt értékelő, az alkotómunkát serkentő vezetés a megfelelő. Történelme során a magyar nép mindig is lázadt az önkényuralom ellen, és elvetette a tekintélyelvű vezetést.

Mai helyzetünk meghatározó jellemzője a fogyasztói világszemlélet elterjedtsége, ami az anyagiakban való gyarapodást teszi az önértékelés alapjául. Ez különösen a férfiak törekvéseit határozza meg, de ők elsősorban a családjuk, a feleségük, a nők elvárásainak akarnak megfelelni. Éppen ezért az anyák, a feleségek és a nők igen sokat tehetnek a férfiak egészségéért.

Az egyes országok közötti életminőség különbségek jelentős hányadát a válások és a munkanélküliség arányával, a bizalom szintjével, a civil szerveződésekben való részvétellel, a kormányzat jellegével és a vallásos emberek arányá-

* „Az ember mint lélek” konferencián, 2007. november 15-én Debrecenben elhangzott előadás rövidített változatát Végh László fogalmazta meg.

val lehet megmagyarázni. Egy 50 országra kiterjedő 1999-es felmérés szerint az országok közötti életminőség – boldogság – különbségek 80%-a, és az öngyilkossági arányok különbségeinek 57%-a a fenti hat tényezővel függ össze.

Egy társadalom egészséges működésének alapja, hogy a család, a lakóhely, a munkahely és a nemzet közösségéhez tartozom. Ezek fontosak számomra, azonosulok érték- és életrendjükkel, íratlan szabályaikkal. Bízhatom azokban, akikhez tartozom, és abban, hogy a társadalom működése nagyjából kiszámítható, és élettemnek célja és értelme van. Fontos a társadalmi tőke, az egymásba vetett bizalom, pl. hogy az építési vállalkozó akkor érkezik, amikorra ígérte, és az utazási iroda nem egy nyomortelepre visz, miközben paradicsomi körülményekkel csábított.

Korábban a közösségek íratlan szabályai, értékrendje nem voltak kérdésesek. Ha valaki nem megfelelően viselkedett, a legsúlyosabb büntetés a közösségből való kizárás volt, ami összeroppantotta, elpusztította a kivetett személyt. Idővel lázadni kezdtek a szoros kötöttségek ellen, amint ezt Ibsen Nórája és más irodalmi alkotások szemléltetik. Mára a korábbi közösségek többsége felbomlott, így az értékrend és az íratlan szabályok által adott közösségi ellenőrzés meglazult vagy elveszett. Ám az egyén lelki egyensúlya továbbra is a közösségi értékeken és „játékszabályokon”, az erkölcsi elveken nyugszik, és a társadalom összetartó ereje a közösséghez való tartozás megélése és betartása maradt. Amikor a társadalom íratlan szabályai és a közös erkölcsi elvek meggyengülnek, és hiányzik a közös jövőkép, az együttérzés és összetartozás, azaz a társadalom értékvesztetté válik, az egyén állandósuló feszült lelkiállapotba kerül, amin nem csodálkozhatunk, mert a hosszú távra tervezhetőség, és a világ rendjébe vetett bizalmon alapuló világvélemény alapvető lelki igény. Ezt a közösségek bomlása során fellépő állandósult feszült lelkiállapotot anómiás állapotnak (Durkheim, Andorka Rudolf) nevezik. Mára a közösségek bomlásával az értékvesztett állapot társadalmi méretűvé vált. Ez magyarázza a magyar társadalom egészségének romlását, a férfiak idő előtti halálozását, és különösen nagy gondot okoz a társadalom esélytelen, leszakadó rétegei számára.

Ha egy társadalom megengedi, hogy fel lehessen rúgni az erkölcsi elveket és a közös játékszabályokat, akkor a pusztulás veszélye fenyegeti. Ezért a mai változó világban is elsődleges érdek a közösségi érdekek védelme, az erkölcshez való ragaszkodás és az íratlan szabályok betartása. A legtöbb embernél súlyos érzelmi küzdelemmel jár, ha lényeges kérdésben hazudik. Ki is lehet mutatni a hazugsággal együtt járó lelki tusa élettani jeleit, ezen alapul a hazugságvizsgáló készülékek alkalmazhatósága. De vannak beteges lelki alkatú, erkölcsfogyatékos egyének, elsődleges pszichopátáknak nevezzük őket, akikben nem alakult ki, vagy nagyon csökevényes az erkölcsi érzék. Náluk a hazugságvizsgáló készülék nem alkalmazható, mivel nem érzik át tetteik erkölcsi súlyát. Robert D. Hare professzor évtizedek óta vizsgálja a pszichopátia jellemzőit, a „Kímélet nélkül, A köztünk élő pszichopáták sokkoló világa” című könyve 1993-ban jelent meg. Észak-Amerikában óvatos becslések szerint is legalább kétmillió erkölcsfogy-

tékos él, azaz kb. Minden kétszázadik ember a társadalmi közmegegyezés alapjául szolgáló erkölcsi rendszer élősdiye, az értékvesztett állapot haszonélvezője, sőt gerjesztője. Olyan módszereket alkalmaznak, amelyek mások számára elfogadhatatlanok, és az ép erkölcsű emberek képtelenek védekezni ellenük. Igen sok erkölcsfogyatékos lebukik, de bőven van belőlük a társadalom leggazdagabb, legbefolyásosabb rétegeiben is. A pszichopátia legfontosabb tünetei a hamisság és a felszínesség, az önközpontúság és a nagyzolás, a megbánás és a bűntudat hiánya, a megtévesztés és rászedés valamint a sekélyes érzelmek. Mindezek rombolják a társadalmat. A közösség szokásrendjén élőködő erkölcsfogyatékos magatartásforma jellemzői az indulatosság, a magatartás szabályozottságának hiánya, az izgalom iránti szükséglet, a bajkeverés, a felelőtlenség, a korai viselkedészavarok és a felnőttkori társadalomképtelen magatartás. Hitler egyértelműen erkölcsfogyatékos volt és a világ hihetetlen árat fizetett amíg meg tudta állítani, hiszen választások útján került hatalomra és utólag elképzelhetetlen módon befolyásolta a tömegeket. Egyik arcát nézve magával ragadó, gyakran elbűvölő kedves személyiség, a másik arca viszont az érzelmek és együttérzés nélküli vadállat. Miután a bizalmunkba férközött, és levett a lábunkról, kíméletlenül lesújt. Lényege az önös, másokat eltipró céljainak könyörtelen megvalósítása. Nem tudja, milyen az ép lelkű ember lelkiismerete, nem ismeri a bűntudat érzését. Bár éles a szeme, olyan mintha színvak lenne az emberi lét erkölcsi vonatkozásait illetően.

Korunk átmeneti társadalmi erősen sérülékenyek, hiszen ezredéves működési elvek vannak változóban. Legnagyobb veszély a társadalom számára az összetartozás gyengülése, és az íratlan szabályok bizonytalanná válása. Mindez nagyban növeli a pszichopáták cselekvési lehetőségeit és ez különösen igaz Közép-Kelet-Európa átalakuló társadalmaira és azon belül elsősorban Magyarországra, ahol az értékvesztett állapottal együttjáró feszültség rendkívül felerősödött és igen súlyos egészségügyi helyzethez vezetett. Magyarországot kifejezetten anómiás állapot jellemzi, 2002-ben a teljes lakosság 54%-a anómiás lelkiállapotban volt, ez az arány a nyolc általánosnál alacsonyabb végzettségűek között 74%, a csak nyolc általánost végzettek között 64%. A 2006-os felmérés szerint már 70%-ra emelkedett az értékvesztett, anómiás emberek aránya a teljes népesség körében. Minél súlyosabb az anómiás lelkiállapot, annál nagyobb a bizalmatlanság, a versengés és az irigység szintje, a leginkább értékvesztett állapotban lévők 48-szor bizalmatlanabbak és 21-szer versengőbbek és irigyebbek, mint az egészségesek átlaga. Jellemzőek az anómiás állapotra az olyan mondások, hogy az ember az egyik napról a másikra él, nincs értelme tervek szöni, minden olyan gyorsan változik, hogy azt sem tudja már az ember, miben higgyen, manapság alig tudok eligazodni az élet dolgaiban. Legkönnyebben az anómiás állapotú, az értékrenddel nem rendelkező, jövőkép nélkül szorongó, elbizonytalanodott embert lehet befolyásolni. Ez az állapot az alacsonyabb végzettségű, gyökértelemné vált rétegekben a gyakoribb. Mivel szoros személyes kapcsolata, belső érték-

rendje és életcéljai megvédik, az ép személyiségű ember ellen tud állni annak, hogy mások eszközévé váljon.

Aggasztó a magyar népesség egészségi állapotának romlása. Nagyon rosszak a munkaképes korosztályok mutatói, különösen a férfiaké. A 45–65 éves magyar férfiak halálozási aránya ma magasabb, mint az 1930-as években volt, pedig akkor még a TBC is pusztított. 2005-ben a 40–69 éves férfiak korosztályából 11 395-tel többen haltak meg, mint 1960-ban. Hasonló rosszabbodás történt a térség más országaiban, Lengyelországban, Szlovákiában és Csehországban is, de náluk ma már sokkal jobb a helyzet. A magyar nők várható élettartam adatai nem mutatnak ennyire súlyos képet, 1965–2005 között nőtt a nők várható életkora, de a növekedés messze elmarad a másutt tapasztalt emelkedéstől. Egészségi mutatóink Ukrajnáéhoz és Oroszországhoz hasonlóak, máshol, mint Szingapúrban, az USA-ban, Japánban és Svédországban az adott időszakban jelentősen nőtt a férfiak átlagéletkora. Míg 1970-ben a magyar mutatók jobbak voltak az osztrákénál, 2005-ben a vizsgált európai országok között Magyarországon volt a legalacsonyabb a várható élettartam. Ráadásul a magyar népesség az alacsony születési arányszámok miatt is csökken, csak az orosz és bolgár népesség fogy gyorsabban, mint a magyar. Érdekes, hogy azok a férfiak, akik már elérték a 70. évüket, más országokéhoz hasonló várható élettartamra számíthatnak. Az idő előtti halálozás nem a magyar egészségügy hibája, ez eddig minden nehézség ellenére kiemelkedően teljesített.

Jobban megérthetjük a fenti helyzetet, ha a magyar népesség állapotát vizsgáló, három nagy mintán végzett felmérés adatait tanulmányozzuk. 1988-ban 20 902, 1995-ben 12 463 és 2002-ben 12 640 személyt kérdeztek ki részletesen. Egyrészt felmérték az életminőséget és a testi és lelki egészségi állapotát. Továbbá feljegyezték az életmódot és a tartós stresszt jellemző adatokat, a dohányzást, alkoholfogyasztást, a kábítószer-használatot, a munka és a kapcsolatok okozta feszültségeket, az életeseményeket és szükségleteket. Megvizsgálták a társadalomlélektani tényezőket, mennyire képes az illető megbirkózni a feladataival, kap-e mástól támogatást, érez-e ellenségességet, milyen a társadalmi tőkéje, mennyire reménykedik, indulatos-e, elégedett-e, mik az életcéljai és mennyire vallásos. Rögzítették a családi viszonyokat, és hogy miben marad le viszonylag a többitől. A 2002-ban kikérdezett 12 640 személy közül 2006-ig 4689 embert sikerült újra kikérdezni és időközben 322 ember halt meg az újra felkeresettek közül. Közülük a 2002-ben 40–69 éves korosztály adatait tekintették át részletesen, 1130 férfit és 1529 nőt. Közülük 2006-ig 99 férfi (8,8%) és 53 nő (3,6%) halt meg. Igen rossznak vagy rossznak (1 vagy 2 egy 5 fokú sorban) tartotta az egészségét a meghalt férfiak 42%-a és a meghalt nők 36%-a. A munkaképesség csökkenésének megfelelő arányai 88% és 74%. Megdöbbentő, hogy a kezelt betegségek aránya igen alacsony volt, főleg a férfiak nem fordultak idejében orvoshoz! Például a meghalt férfiak 24%-a súlyos depressziós tünetektől szenvedett, és csak 6%-ot kezeltek emiatt.

Az érettségénél alacsonyabb iskolázottság a férfiaknál 1,8-szorosára növeli a halálozás kockázatát miközben a nőknél a magasabb iskolázottság ebben a korcsoportban nem jelentett komolyabb védeltséget. Fő, munkával kapcsolatos feszültségforrás a munkahely bizonytalansága, az alacsony családi jövedelem, a munka önállóságának hiánya és a kevés társas támogatás. A munkahely elvesztésének veszélye a férfiaknál háromszoros idő előtti egészségromlással és halálozással jár, a társadalmi bizonytalanság, az értelmetlennek érzett élet, az értékvesztett állapot és a versengés kétszeres kockázatot jelentenek. Mindkét nem esetén a reménytelenség háromszoros kockázati tényező. A nőknél a családi gondok hétszeresére növelik a halálozás kockázatát, a személyes kapcsolatokkal való elégedetlenség kétszeres kockázatot jelent, általában a boldogtalanság és a kedvezőtlen érzelmi beállítódás mint személyiségtényező háromszoros kockázattal jár számukra.

Míg az egészséggel kapcsolatos életminőség jó vagy kiváló értékeinek aránya a 2002-es európai felmérés szerint a vezető Svájcban 85%, addig ez az Magyarországon csak 45,4%. 2001-ben az EU 15 tagállamában a munkahelyi feszültségek mértékadó becslés szerint évente 20 milliárd euro veszteséget okoztak. Nem a kihívások, hanem a bizonytalanság, az önkényeskedés a kellő jutalmazás nélküli túlterhelés a munkahelyi feszültségek fő forrásai. Míg hazánkban 2002-ben 13,6% volt a kezelésre szoruló depressziós betegek aránya, ez a szám 2005 utolsó hónapjaira 4%-kal, 17,6%-ra emelkedett, és a férfiak között nagyobb mértékű a növekedés. Közel minden ötödik felnőtt az állandósult feszültség, a lelki leszakadás állapotában él.

Ha az egyén bízik abban, hogy meg tudja oldani a nehéz élethelyzeteket, a vidámság és a jókedv mindkét nem esetén védő tényezők. Férfiak esetén a kedvező életminőség háromszoros, a házastársal való együttélés és különösen a jó házasság ötszörös védelmet adó tényező. A férfiaknál a dohányzás kétszeresére növeli a halálozás kockázatát miközben a rendszeres testmozgás harmadára csökkenti. Ha a férfi hisz az élet értelmében és biztos a munkahelye jóval védettebb helyzetben van. Hétszeres védelmet jelent a nő számára a jó család, és ráadásul egyik kapcsolatának zavarát egy másik ellensúlyozhatja.

Ha a férfiak igen rossz egészségügyi helyzetének magyarázatát keressük, ki-mutatható, hogy a nő anyagi helyzettel való elégedetlensége jóval súlyosabb veszélyeztető tényező a férfiak számára, mint a férfiak saját elégedetlensége. Míg a nők a család, a férfiak saját anyagi helyzetüket mérlegelik. A nő iskolázottsága fontos védő tényező a férfi számára. Ne a nők akarjanak jobb férfiak lenni, hanem a férfiaknak tanulhatnának a nők összetettebb, többtényezős értékrendjéből. A jó házastárs és gyermek véd a kiábrándulás, a lehangoltság démona ellen, és előhívja a lelkesedés angyalát. János Pál pápa példájára gondoljunk, aki a lelkesedés hirdetője volt a világban, és a világ szomjazza a világosság, öröm és lelkesedés hirdetőit. Még akkor is, ha a kiábrándulás kísértésébe esik, a papság legfőbb hivatása akkor is a „lelkesedés angyalának” szolgálata.

Magyarország súlyos helyzete összefügg az 1956-os forradalom leverése óta uralkodó hatalmi rendszerekkel. 1956 forradalma a nemzeti azonosságtudat, az összefogás és a társadalom összeforrottságának diadala volt. Leverése után a nemzeti azonosság tudata jelentette a hatalom számára a legfőbb veszélyt, ezt aztán durva zsarnoki módszerekkel fojtották el. 1956-ot csak mint ellenforradalmat volt szabad emlegetni, és a nemzeti érzést igyekeztek minden módon idejétmúlnak, károsnak, rombolónak feltüntetni. A szomszédos országokban a nemzeti azonosságtudat elleni küzdelem sokkal szerényebb mértékű volt. Nálunk tudatosan roncsolták a közösségek összetartó elejét és igyekeztek az emberek idejét és erőforrásait inkább az anyagiak felé fordítani. Magyarország a legvidámabb barakká vált, ahol a környező szocialista országokhoz képest nagyobb lehetőség volt a gazdagodásra és ahol a meghasonlás miatt egyre jobban terjedt a kicsi vagy kocsi szemlélete. Ahogy sérült az értékrend, ez jól követhető Andorka Rudolf kutatásai alapján, úgy romlott a lakosság egészségi állapota.

A nyugati társadalmakban, miközben a liberalizmus jegyében megerősödött az egyes kisebbségek azonosságtudata, ugyanakkor háttérbe szorult a nemzeti azonosságtudat fontossága. Anthony Giddensnek, az „új baloldal” legismertebb képviselőjének egyik legújabb kötetében David Goodhart tanulmánya azt taglalja, hogy ez komoly veszélyt jelent a társadalom egésze számára. Nagy-Britanniát eddig a liberális nacionalizmus tartotta össze és ha nem sikerül ennek értékrendjét helyreállítani, akkor Nagy-Britannia tönkremegy. Befogadó a liberális nacionalizmus, de csak azokat fogadja be, akik a közösség által követett íratlan szabályokat és értékrendet betartják, akiknek kincs a nemzeti örökség, műveltség és erős nemzeti azonosságtudattal rendelkeznek. Bár a mai Magyarországon mind a liberalizmus, mind a nacionalizmus szitokszavak, igaz, különböző körökben, de Széchenyi István, Kossuth Lajos, Deák Ferenc és Eötvös József a liberális nacionalista nemzetfogalmat vallották és ennek megfelelően éltek és cselekedtek. Ennek a szemléletnek újratemtése az egyik legfontosabb nemzeti létkérdés.

Minél színesebb egy társadalom, annál gazdagabb, de csak akkor, ha valamennyien legfélétebb kincsüknek tekintik a nemzet közös örökségét, történelmét, hagyományait, jelképeit. Nem szabad hagyni sem a valódi liberalizmus, sem a nacionalizmus jelentésének eltorzítását. Éppen a magyar társadalom példátlan sokszínűsége lehet a megújuló nemzeti azonosságtudat alapja. Észak, dél, kelet és nyugat találkozik génjeinkben és műveltségünkben. Szinte minden család gazdag műveltséggel és különböző származású ősökkel rendelkezik, miközben a magyar azonosságtudat képes az eltérő vonásokat is magába foglalni. Büszkének kell lennünk a magyar azonosságtudat egyedülálló gazdagságára, családjaink német, szlovák, zsidó, délszláv, cigány, román, jász, kun és egyéb gyökereire is, melyek mind a közös nemzeti műveltség fáját táplálják és éltetik. Mint a viharos gyorsasággal fejlődő, átalakuló távol-keleti országok példája is mutatja, a nemzeti azonosságtudat a legerősebb társadalmi, gazdasági, testi és lelki egészséget védő tényező. Vissza kell tehát nyernünk a nemzetet összetar-

tani és az ország fejlődését megalapozni képes egészséges, liberális nacionalizmusunkat. Szívleljük meg Kossuth Lajosnak a Pesti Hírlap, 1942., 148. számában található intését: „A civilisatio, mellynek nemzeties jellege nincs, hasonlít a levágott gyümölcsvirághoz, melly pohárban még egy-két napig elteng, de gyümölcse soha nem leszen.(...) Hol a honszerelemnek a szívredők oltárán lángoló tüzét semmi nem élteti, ott népcsorda lehet, de nemzet nincs.”