

A. DEEKEN

ÖREGSZÜNK



DE GYŐZZÜK

ALFONS DEEKEN

*ÖREGSZÜNK,
DE
GYŐZZÜK!*

PRUGG-VERLAG EISENSTADT
1973

Az angol eredeti címe: Growing old and how to cope with it
Paulist Press New York/Paramus/Toronto 1972
Fordította és átdolgozta: Sántha Máté

Egyházi jóváhagyással. —
Druck der Mechitharisten-Buchdruckerei 1070 Wien

Kellőképpen elviselni az öregedést a bölcsesség mesterműve, és egyik legnehezebb része az élet nagy művészetének.

Henri-Frédéric Amiel (1821—1881) naplójából

Megyek, megyek az alkonyati fényben,
Piros reményben,
Előretárva két karom.
Mit bánom én, ha nő az árnyék!
Mindent, mindent, ami rendelve vár még:
Fiatal szívvel, akarom.

Sík Sándor: Borongás naplementekor

I.

EGY ÉS MÁS AZ ÖREGSÉGRŐL

Az öregedés problémája

Jónéhány éves japáni tartózkodásom alatt újra meg újra mély benyomást gyakorolt rám egy feltűnő japán sajátosság: a hagyomány iránti és öregjeik iránti mély tiszteletük. Ha az ember belép egy japán otthonba, gyakran lát a nappaliban egy házioltárt, ahol az ősoket tisztelik. Igaz, manapság Japánban is sok magatartási forma rohamosan átalakul. De meg vagyok győződve róla, hogy a fiatalok mély meghajlásai szüleik és nagyszüleik előtt azt mutatják: a nyugatiasodás folyamata nem söpörte el a konfuciánus hierarchikus érzéket. Az idősebbek tekintélyének és tiszteletének nagy a hagyománya Japánban. Ahogyan az egyik újkonfuciánus tudós kifejezte: „A gyermeki kegyelet különbözteti meg az embert a madaraktól és a vadaktól.“

A világ más részein azonban nem mondhatjuk, hogy népszerű lenne a szólás: „Öregnek lenni szép!“ Az öregedés problémája sürgetőbben jelentkezik, mint valaha is történelmünk folyamán. A statisztika azt mutatja, hogy az emberek manapság általában tovább élnek, a születési arányszám csökken, így az idősebbek százaléka a népesség egészén belül állandóan emelkedik. Vagyis ha a korosztályokat piramis alakjában képzeljük el, ennek alapja egyre keskenyebb, a csúcs pedig egyre szélesebb. Nyugatnémetországban a statisztikai előreszámítás szerint 1985-re 20—25%-kal kevesebb lesz a gyerek, viszont minden tizedik ember 70 éven felüli lesz! 2000 évvel ezelőtt az ember átlagos életkora 20 év volt, ma 70 év, a század végére pedig 90 évet jósolnak. Ausztriában az utóbbi 50 évben 36 évről 70-re szökkent az átlagos életkor. Az elmúlt száz évben Nyugat-

európában a 65 éven felüliek száma kétszer-háromszor lett nagyobb, Amerikában pedig megnégyszereződött, 2000-ig meghatszorozódik. Sőt még a fejlődő országokban is, ahol a népesség 2/3-a rendszerint fiatal, újabban erősen megnőtt az idősebb korosztály arányszáma. A mai Magyarország területén 1869-ben kerekén ötmillió ember élt. Ebből 14 éven aluli volt 1 840 507, 50 éven felüli 623 821. Nyolcvan év múlva (1949) a népesség meghaladta a 9 milliót. A két előző korosztály létszáma 2 290 090, ill. 2 033 060 — már majdnem egyforma. 1972. jan. 1-én a statisztikai évkönyv szerint a népesség 10 372 100 fő. Ebből 14 éven aluli 2 086 700 (a jó egymilliónyi népszaporulat ellenére kevesebb, mint 1949-ben), az öregek száma viszont csaknem egymillióval több:

50—60 év között	1 110 300
60—70 év között	1 079 900
70—80 év között	589 200
80—90 év között	147 500
90 éven fölül	9 400
	2 936 300

Érdekes megjegyezni, hogy az idős nők száma általában jóval nagyobb, mint a férfiaké. Nálunk is így van ez, jöllehet a két nem aránya az össznépességben csaknem egyenlő.

Az utóbbi években nagyon sokat foglalkoztak az ifjúság problémáival; ugyanakkor az idősebbek egyre növekvő számának problémái szinte észrevétlenül maradtak. És itt természetesen a kérdések sokkal szélesebb skálájáról van szó, mint éppen csak a lakás, ellátás és egészség. Jó a jóléti, társadalombiztosítási, egészségügyi programok, de nem csodaszerei azoknak a nehézségeknek, amelyek ebben a könyvben leginkább érdekelnek bennünket.

A hagyományhű kínai és japán kultúra kiemeli az egyénnek a közösséghez való viszonyát. Ezzel szemben a nyugati civilizációk a reneszánsz óta egyre

inkább az egyén függetlenségének és önállóságának értékeit hangsúlyozták. Miközben ezeket dicsőítették, nemzedékről-nemzedékre erősen elhanyagolták az összetartás, szolidaritás és közösség ugyanolyan fontos értékeit. Most aztán kezdünk rájönni ennek az állásfoglalásnak egyoldalúságára. A fiatalok túlonúl jól megtanulták a függetlenség leckéjét, de a szakadék köztük és az idősebb nemzedék között mind tátongóbb. A nyugati ember ma keservesen ébred rá, micsoda roppant árat kell fizetnie az egyéniség és függetlenség hangsúlyozásáért: ez az ár elszigeteltség és magány. És az öregebbekre hárul a legsúlyosabb teher. Valaki azt mondta róluk, hogy „talán a legmagányosabb nemzedék, amely valaha is lakott a föld színén“ (F. E. Crowe). Bizony sok embernek nagyobb gondja van hozzátartozói sírjára, mint még élő öreg hozzátartozóira. Weöres Sándor remekművére kell gondolnunk, amely emlékezetünkben egyéforrott Kodály Zoltán dallamával:

Oly árvák ők mind, az öregek.

Az ablakból néha elnézem őket,
hogy vacogó szélben, gallyal hátukon
mint cipekednek hazafelé —
vagy tikkadt nyárban, a tornácon
hogy üldögélnek a napsugárban —
vagy téli estén, kályha mellett
hogyan alusznak jóízűen —
nyujtott tenyérrel a templom előtt
úgy állnak búsan, csüggeteg,
mint hervadt őszi levelek
a sárga porban.

És ha az utcán bottal bandukolnak,
idegenül néz a napsugár is
és oly furcsán mondja minden ember:
„Jónapot, bácsi.”

A nyári Nap,
a téli hó,
ősz levél,
tavaszi friss virág
mind azt dalolja az ő fülükbe:
„Élet-katlanban régi étek,
élet-szekéren régi szalma,
élet-gyertyán lefolyt viasz:
téged megettek,
téged leszórtak,
te már elégtél:
mehetsz aludni . . .”

Olyanok ők,
mint ki utazni készül
és már csomagol.

És néha, hogyha agg kezük
játszik egy szőke gyerekfejen,
tán fáj, ha érzik,
hogy e két kézre,
dolgos kezekre,
áldó kezekre
senkinek sincsen szüksége többé.

És rabok ők már,
egykedvű, álmos, leláncolt rabok:
hetven nehéz év a békó karjukon,
hetven év bűne, baja, bánata —
hetven nehéz évtől leláncolva várják
egy jóságos kéz,
rettenetes kéz,
ellentmondás nem tűrő kéz
parancsszavát:
„No gyere, tedd le.”

Simone de Beauvoir az öregségről szóló monumen-
tális tanulmányában (La Vieillesse) sötét képet fest a
nyugati civilizáció magatartásáról öregjei iránt Sze-
rinte az öreget nem egyszer nem is kezelik ember-

ként, A fiatalok sokszor kigúnyolják, kizsákmányolják és megvetik őket. Nyugati társadalmunkban az életkor titkos szégyen, vagy legalábbis zavarbaejtő dolog, amiről nem beszél az ember. De Beauvoir könyve éppen azzal a célzattal íródott, hogy megtörje a hallgatás összeesküvését és a tetőkről kiabálja szét: gyalázatosan bánunk öregjeinkkel! Franciaországban — mondja — gyakran megesik, hogy az idősebbeket gyermekeik szabadságidejükre egy otthonba vagy kórházba helyezik el, és a nyár végeztével „elfelejtik” visszavinni őket. Nyugat jólétben élő nemzetei olyanformán kezelik öregjeiket, mint valami árucikket, amely kitűnően berendezett nyugdíjas-telepek és ápolóotthonok virágzó új iparágait táplálja (azok számára, akik ezt megengedhetik maguknak), de a szegény öregek közben elsenyvednek: nem ilyen gondviselésre volna szükségük.

A „La Vieillesse”, amely Franciaországban best-seller lett, a radikális társadalmi reform sürgetésével végződik. Alapvető magatartásunknak kell megváltoznia a társadalom, a gazdasági élet, az értékrend, sőt maga az élet iránt.

De Beauvoir megzavarta azt a nyugodt önelégültséget, amellyel a kortárs társadalom az öregkort kezeli. Fölébresztette a Nyugat lelkiismeretét, hogy gondolkodóba essék: hogyan viselkedik öregjei iránt, és változtasson ezen. Úgylátszik társadalmunkban mélyreható szerkezeti reformokra van szükség, hogy létrehozzuk az emberibb élet föltételeit az öregek számára. Többféle tudományra támaszkodó tanulmányok nagy száma kell ahhoz, hogy megadja ezeknek a szerkezeti reformoknak tudományos alapját. Az egyes országokban egymásután hívnak össze kongresszusokat ebben az ügyben. Ausztriában pl. 1972 végén Bécsben szakemberek és lelkipásztorok 3 napos összejövetelen tárgyalták. (Magyarországon a Gondolat kiadó jelentetett meg 1972-ben egy igen alapos orvosi, lélektani és szociológiai szempontú tanulmányt az angol D. B. Bromley-től „Az öregedés pszichológiája” címen.)

De a társadalmi struktúrák, a társadalom magatartása és a gazdasági reformok még csak a kérdés egyik oldala. Mellettük ott a másik, még fontosabb probléma: milyen magatartást kell maguknak az öregeknek kifejlesztetniök magukban koruk iránt, ha csakugyan fölébe akarnak kerekedni? Ez a könyv ezt a sajátos feladatot tárgyalja. Korunk az egyre növekvő szabadság ideje, már csaknem minden megengedetté válik, és igen kevés „tabu” maradt; mégis — milyen különös! — sok ember még mindig nem tudná szájára venni azt az egyet, hogy mennyi idős, és harmincon felüli nőnek nagy sértés föltenni a kérdést: hány éves. Könyvem során azt próbálom megmutatni: az öregkor nem hogy szégyen, inkább az emberi növekedés, kiteljesedés és mély boldogság kincses korszaka. A könyv némi gyakorlati segítséget kíván nyújtani az idősebbeknek lélektani és lelki téren. Talán hasznosítani tudják, hogy éveiket kellelmesen töltsék és gyümölcsözően használják föl. Bízunk abban is, hogy a középkorúaknak is hasznára válik belőle valami, előkészületül későbbi életük e fontos szakaszára. Reméljük, a jövőben mind több és több idős embertársunk fedezi majd föl, milyen egyedülálló lehetőségeket biztosíthat nekik az öregség, és egyesek talán még azt is meglátják, hogy: „Mégis szép az ősz!” Vagy ahogy a magyar népi bölcsesség tartja: „Öreg ember nem vén ember!”

A megöregedés folyamata

Az öregedés az egyik legnehezebb feladat az emberi fejlődés során. Az emberi természet mintha lázadozna saját detronizálásunk ellen — hiszen a megöregedés ezt jelenti. Találószerű a mondás: „Megöregedni nehezebb, mint meghalni, mert egyszerre és egészében lemondani valamilyen javunkról kevésbé fáj, mint naponta és apránként feláldozni.” (Henri-Frédéric Amiel naplójából.) Sok ember sohasem bírkózik meg az öregedés nagy krízisével. Egyideig küzd

a kikerülhetetlen valóság ellen, aztán fokozatosan elér a keserű belenyugvás pusztá tényéig. Utána feladja minden ambícióját, elfárad, életkedvét veszti. Az ilyenek számára az élet valójában gyakorlatilag bevégeződik ezen a ponton, még akkor is, ha egy darabig még itt ténferegnek köztünk, céltalan, zsémbes földi lakókként. Így eltékozzák az emberi növekedés és fejlődés egyik legragyogóbb alkalmát. Mert nem értették meg: az öregedés folyamata nagy felszólítás az embernek, hogy növekedjék az emberiségben, és teljesebben önmagává legyen.

Mindannyian jól ismerjük a gyermekség, serdülőkör és fiatalság különböző életkori szintjeit. Azt is tudjuk, milyen fontos és nehéz dolog a helyes átmenet egyikből a másikba. Az ezekkel az átalakulásokkal kapcsolatos válságok élénken szemünk előtt állnak nap mint nap.

Sokkal kevésbé veszik általában észre, hogy a középkorú évek tevékenységéből az öregségbe való átmenet ugyanolyan súlyos válsággal jár. Erről nem sokat hallunk, mert a legtöbb ember nem akarja elismerni — sem saját maga, sem mások előtt —, hogy öregszik. Amerika kultúrája fiatal, így hát mindenki úgy érzi, hogy fiatalnak kell maradnia, vagy legalábbis kifelé azt kell mutatnia. De nyugati kultúránknak ez az alapos öncsalása nem változtat azon az egyszerű tényen, hogy lassan mindenki megöregszik, és végül is szembe kell néznie ezzel. Fiatalokra beállított civilizációnk csak jobban megnehezíti az embernek a szép megöregedést, mert az öregedő férfi és nő kevés megértést és támogatást kap a társadalomtól az öregkorba való átmenet személyes krízisében.

Nem térhetünk ki ez elől a valóság elől: mindegyikünk, hacsak korai halál nem vár rá, szembekerül előbb-utóbb az öregkor válságával. Minden nő előbb-utóbb fölfedezi, hogy virágzása hervadóban van. Tudatára ébred, hogy külső megjelenése már nem olyan vonzó. Még mindig értékelhetik képességeit, hivatásbeli sikereit, jó hírnevét, de ezt csak amolyan kegydíjnak fogja érezni. Bizonyos fizikai gyengeségek

jelentkeznek: koncentrációs képességének könnyű zavarai, rövidebb és éberebb álom, reumatikus fáj-dalmak és szűrő fejfájások. A korosodó nő rossz-kedvűvé, ingerlékennyé, nyughatatlanná válik. Az életerő lassacskán hanyatlik, és fáradtság lép a helyébe. A reggelek elveszítik az újság báját, a dél egyhangúságot hoz, és a hosszú esték, éjszakák magá-nyosan telnek.

Az ötvenes éveit taposó férfi is találkozik „déli ördögével”. „Lassúbb-gyorsabb agonizálás minden élet ötven után” — írja Illyés Gyula. Egycsapásra minden kérdésessé válik: pályája, embertársaihoz való viszonya, nemi élete. Családja gyakran meg-fogyatkozik, mert gyermekei már felnőttek és elhagyták a családi kört. Sokszor úgy érzi, hogy hiva-tásbeli teljesítőképessége hanyatlik, alkotóereje csök-ken. Sok ilyenkorú férfi kezdi elveszíteni bizalmát és biztonságát. Nem érti, mi történik vele. Egyideig talán büszke a felnövő új nemzedékre, hiszen az belőle való, ezért élvezni tudja kezdeti sikereiket. De ahogyan az új nemzedék fokozatosan átveszi a helyet, úgy érzi, a bizalmatlanság fulánkja hatol bele előbbi jóindulatú magatartásába. Ezek az öregedés fejlődő válságának legelső külső jelei. Belül a fagy mind mélyebbre hatol: „Az élet folyik tovább! Lehetséges, hogy egy szép napon már nem lesz rám szükség?” Az, aki az élet trónján ül, meg is akar maradni rajta; nem egykönnyen adja föl ezt, nem egykönnyen adja meg magát. É mégis lopva behatol lelkébe a gondolat, hogy kieshet az életből, ahogyan a hervadt levél hull le a fáról.

Az élete őszen lévő ember már nem ígéret, hanem beteljesülés, az ős csöppet kesernyés lehelletével. Itt már nem lehet a holnappal takarózni, itt már olyan-nak kell lennünk, amilyenek lenni akartunk.

Az öregedés folyamatának személyes jellege

Az újabb gerontológiának egyik legérdekesebb fölfedezése, hogy minden személynek valójában három különböző életkora van egyszerre: a k r o n o l ó g i a i életkor, amelyet a leélt évek száma határoz meg; a b i o l ó g i a i életkor, amelynek meghatározója testének állapota; és végül a p s z i c h o l ó g i a i kor: ennek mértéke az, hogy valaki milyen öregnek érzi magát, és ennek megfelelően hogyan cselekszik.

Nagyon jelentős az öregedő emberre nézve, hogy elkerülje azt a szűk, sorsszerű látást, amely a naptár-jelezte, kronológiai életkort teszi a közérzet és a cselekvés normájává. Egyesek éppen azért öregszenek gyorsan biológiailag, mert öregnek érzik magukat. Másfelől mindannyian találkoztunk már olyan nyolcvanévesekkel, akik szívükben fiatalabbnak érezték magukat, mint sok fele olyan idős.

Vizsgáljuk meg, vajon nem váltunk-e pszichológiailag öreggő? Az öregség jellegzetessége: energiacsökkenés, zártság, céltalanság.

Maradjunk fiatalok! — Mit jelent ez?

Az energiák bőségét, rugalmasságot,
— nagyfokú nyitottságot, várakozást,
— célkeresést és céligenlést.

Legtöbben ismerünk olyan testihibás embereket — az ilyeneket, legalábbis részben, biológiailag öregnek tekinthetjük —, akik a tökéletes fizikai egészséggel rendelkezők, vagyis a biológiailag fiatalok képességeinek megfelelő teljesítményeket vittek végbe. Gondoljunk pl. a süketnéma és vak Helen Kellerre, aki egyetemet végzett és világraszóló tevékenységet fejtett ki egy hosszú életen át; vagy az utóbbi évek egyik nagy könyvsikerére, Denise Legrix, a kéz és lábfej nélküli festőnő önéletrajzára: Ilyennek születtem! John Milton — Shakespeare után talán a legnagyobb angol költő — a csodálatos versek tömegét írta meg életének utolsó húsz évében, amikor teljesen vak volt! Még hihetlenebb tünemény Ludwig van Beethoven,

akit sokan a történelem legnagyobb zeneszerzőjének tartanak. Élete végéig komponált, bár az utolsó tizenöt évben tökéletesen süket volt. Gondoljuk meg, micsoda csodálatos műremekekkel lenne szegényebb kultúránk (mondjuk Milton Elveszett paradicsoma, vagy Beethoven Kilencedik szimfóniája), ha ez a két ember hagyta volna, hogy fizikai bajaik határozzák meg pszichológiai korukat.

Egyáltalán: mi lenne egy városból, egy országból, világunkból öregek nélkül? Sokszor talán a fiatalok is, maguk az öregek is inkább csak a nehézségek, kellemetlenségek és bajok oldaláról nézik az öregkort. De gondoljuk csak meg, a bölcsességnek, a mélységnek, az érett szerénységnek, a szemlélődő megpihenésnek milyen végzetes hiányát jelentené társadalmunknak az idős emberek távolléte, — olyan értékek hiányát, amelyekre hektikás korunk nagyon is rászorul. A reménységben történő megöregedés egy növekedési, nem pedig elhasználódási folyamat betetőzése, amelyből rengeteg jó hárul másokra is. Erre kell törekednie minden idősödő embernek.

Petőfi Bolond Istókja mondja ki a fölemelő elvet: „Míg az ember boldog nem volt, Addig meg nem halhat.” És a rideg, elkeseredett aggastyán, akinek mondja, rövidesen meg is tapasztalja igazságát: „hőfödte téli sírkereszt”-ből (ehhez hasonlítja a költő fantáziája) boldog, mosolygós nagyapává lesz. Ehhez persze szükség van fiatal emberekre, akik szerény, tapintatos, áldozatkész szeretetükkel fölmelegítik a szívét. De szükség van a másik oldalon is fogékony-ságra, amelyet csalódás és szenvedés sem tud kiirtani, amely úgy szívja be a remény szavát „mint a gyermek az anyatejet”. Sok Petőfi hőseihez hasonló fiatalra és öregre lenne ma szükségünk.

A társadalom ma sokat tesz az öregekért. De valamit biztosan nem lehet intézményesen megadni: a feleletet az élet és a halál értelmére, a testvéri segítséget ahhoz, hogy tudjanak mit kezdeni az életükkel, a reményt. Ebben próbál útmutató lenni számukra ez a kis könyv.

II.

BIRKÓZÁS AZ ÖREGKORRAL

Az öregkor elutasítása

A megöregedés folyamatának iménti leírása azt mutatja, hogy az ember életének ez a szakasza tele van csapdákkal. Most rá akarunk mutatni néhány lehetséges veszedelemre.

Igen sok ember egyszerűen elutasítja azt a tényt, hogy öregszik. Úgy kapaszkodnak a fiatalságba, mint a hernyó kapaszkodik görcsösen egy ágba, — ahelyett, hogy pillangóvá akarna válni, amelyre a repülés újfajta szabadsága és lendülete vár. Korosodó férfiak és nők gyakran egyszerűen becsukják a szemüket a világos tények előtt, és úgy tesznek, mintha még most is fiatalok lennének. Szívfájdító látvány elnézni néha egy-egy körúton sétáló középkorú hölgyet, hogyan próbál kényszeredetten sokkal fiatalabbnak látszani a valóságnál. És a férfiaknak szállított kozmetikai szerek legújabb listája azt bizonyítja, hogy ők is mind kevésbé akarják valódi korukat mutatni. Mind a két nem szem elől tévesztette, hogy minden kornak megvan a maga megkülönböztető szépsége.

Nemrég hallottam egy nagy színház balettegyüttesének 56 éves első táncosnőjéről. (Persze már évek óta csak a negyvenvalahányadik születésnapját ünnepli.) Hallani sem akar arról, hogy nyugalomba vonuljon. Pedig már nagyon nehezen bírja. Nem egyszer kell tapasztalnia, hogy a háta mögött össze-súgnak, kimosolyogják — hiszen bármennyire is igyekszik, dolgozik, nem képes már elég hitelesen alakítani fiatal hősnőket. Családi élete nem sikerült, magánéletét fölette a munka, és most úgy érzi, képtelen élni anélkül a napi ópium nélkül, amit az esténként felcsattanó taps jelent számára. Kollégái érthető türelmetlenséggel és aggodalommal figyelik. Türel-

metlenséggel, mert az ő makacs kitartása a primadonna szerepében amazoknak kevesebb fizetést és kevesebb érvényesülési lehetőséget jelent, — aggodalommal, mert féltik, hogy egyszer súlyos balesettel fizeti meg a nehezedő tagjaival való visszaélést. De ő megközelíthetetlen. Nem hajlandó tudomásul venni, hogy eljárt fölötte az idő és már rég át kellett volna adnia helyét a nyomába lépő nemzedéknek.

A fiatalok keserű irigylése

A korosodás egy második csapdája: irigység, resentment a fiatalabb nemzedék iránt. Csakugyan jó adag bátorságra és nagylelkűsége van ahhoz szükség, hogy lássuk, hogyan élvezik a fiatalabbak életük tetőfokát, anélkül, hogy valamiképpen irigységet, neheztelést éreznénk. Az öregedés folyamatával csak úgy lehet félelem és elégedetlenkedés nélkül szembeszállni, ha szabadon, lelkünk mélyéből fakadóan „elbocsátjuk” mindazt, ami az élet korábbi szakaszának a sajátja:

Hisz szép ez az élet
Fogytig, ha kiméled
Azt, ami maradt:
Csak az ősz fordultán,
Leveleid hulltán
Ne kívánj nyarat.
(Arany János: Mindvégig)

Aki nem fedezi föl azokat az új, jelentős távlatokat, amelyeket csakis az idős kor tud nyújtani, az elkerülhetetlenül megmorogja a fiatalokat, mert látszólag birtokba vették az életet, és mély neheztelés fog benne kifejlődni ellenük. Az irigységnek és a sértettségnek ez a veszélye különösen nagy a mi nyugati civilizációnkban, amely, mint láttuk, olyan nagyon kiemeli a fiatalságot és annak előnyeit, viszont kevés tisztelettel adózik az öregkor tapasztalatainak.

Ráadásul a nevelés és a modern hírközlő eszközök

mintha egyre inkább betöltenék azt a szerepet, amely valaha az öregek és tapasztaltak kiváltsága volt. A haladás manapság olyan gyors, hogy az öregek nem tudnak többé lépést tartani fiatalabb kortársaikkal. És a fiatalabbaknak is annyi tanulásra és átképzésre van szükségük, hogy az öregek gyakorlatilag nem sokat tudnak nekik nyújtani.

Vannak persze olyan területek, ahol az idősebb nemzedék csakugyan értékes segítséget adhatna: azok, amelyek bölcsességet, egyedül csak tapasztalatból megszerezhető bölcsességet igényelnek. Csakhogy gyakran még ehhez a feladathoz sincs önbizalmuk. Így aztán a nemzedékek közti szakadék egyre tátongóbb lesz. A fiatalok nem érzik szükségét az öregeknek, az öregek pedig már-már elvesztik önbizalmukat. Keserű megadásban, irigységben és sértődöttségben élik le életüket. Néha még kárörömet is éreznek a fiatalabb nemzedék egyes nyilvánvaló kudarcain. Még ha nem is jó semmire, nem állhatják meg a szűrős megjegyzés nélkül: „Nem megmondtam?” — ha egy-egy ifjúi terv hajótörést szenved.

Öregkori „szökevények”

Hanyatló éveiben a legtöbb férfi és nő ábrándos élvezettel kószolgatja a nosztalgikusan visszaidézett múlt messze álmait. Az öregkor egyik nagy kísértése ez: a barátságtalan jelen és a kilátástalan jövő elől a múlt kellemes emlékeibe menekülni. A nyugdíjba vonulás idején sokan nagy megdöbbenéssel ébrednek rá, hogy a közösségnek és a családnak irányukban tanúsított tisztelete minthogyha hirtelen megfogyatkoznék. Ennek következménye gyakran az önbecsülés elvesztése és keserűség, amiért az emberekben annyira nincs elismerés és hála. Ha egyszer a nyugdíjbamenéssel elvész valakinek a hivatalos helye a hivatások, a termelés világában, korábbi kollégái és alantasai gyakran észrevehetően kevesebb tiszteletet tanúsítanak az „öreg” iránt. A

nyugdíjas a jelen világát egyszerre egész másnak látja: barátságtalannak, keménynek, talán egyenesen ellenségesnek. Első reakciója az, hogy sajátmagába gubózik előle, és a múlttal kezd törődni, amikor minden annyival jobb volt. Előszeretettel idézi fel élete hajnalát, gyermekkorát, ifjúságát. Lassacskán elmúlt életének eszményített változata merül föl képzeletében, hamarosan beszélgetésében is: „Mikor én fiatal voltam, mi nem így viselkedtünk... Akkor az emberek igazán barátságosak voltak...” Minthogy a közösség nem nagyon törődik már velük és önbecsülésük ingadozik, sokan abba a kísértésbe esnek, hogy a múlttal támasszák alá saját „image”-ukat: eltúlozzák teljesítményeiket és dicsőítsék azelőtti nagyságukat és fontosságukat. Az irodalmi művek tele vannak ilyen patetikus jellemekkel; kétségbeesve próbálják meggyőzni sajátmagukat és azt, aki hajlandó meghallgatni őket, hogy múltjuk dicsőségesebb volt, mint a valóságban.

Emlékezetes példákkal szolgál ezen a téren néhány java modern dráma. Kétségtelenül sokunk fogja többé-kevésbé magáénak ismerni ezeknek a jellemeknek gyenge pontjait.

James Tyrone, az Eugene O'Neill remekművében (Hosszú út az éjszakába) szereplő öregedő apa, és felesége, a morfinista Mary, az olyan házaspár példája, amely menekül az öregség elől és önmagát csalja a múlttal. A darab önéletrajzi vonatkozása: O'Neill színész-apját festi benne, aki sok éven át egyetlen romantikus szerepet játszott, Monte Cristo grófét, anélkül, hogy színészi tehetségét továbbfejlesztette volna. Kényszeredett lelkifurdalásában beteg feleségét egyszer egy sarlatán orvosra bízta, és az egy csomó morfiumot nyomott bele. Mary azóta is a kábítószer rabja, nem tud szembenézni öregedésének kegyetlen tényével, és a morfium ábrándvilágába menekül. Megindító jelenet során emlékezik vissza fiatalságára, és menyasszonyi ruháját a karján hordva próbálja visszaidézni a múltat, első szerelmük idejét James Tyrone-val, amikor „olyan boldog volt

egy darabig". James, az öregedő színész, képtelen szembenézni azzal az igazsággal, hogy gyöngé, bizonytalan, nyomorult ember. A kikerülhetetlen ítélet érzése üldözi, és hanyatló éveinek bűjét alkoholba próbálja temetni. Mind a két Tyrone álarcot hord, és hamis múltat teremt magának, hogy az kevésbé keménynek tűnjék a jelen elviselhetetlen gyötrelménél. A kínos katarzis azt követeli meg tőlük, hogy dobják le álarcukat és becsületesen nézzenek szembe igazi énjükkel, a múlt minden hibájával együtt.

Egy másik pompás példa Amanda Wingfield, Tennessee Williams darabjának, az Üvegmenaszériának 45 éves anya-hősnője. Ő is múltban élő ember, ez esetben a társadalmi sikerek emlékébe merül, délamerikai szépség-korából. Nem képes szembenézni jelenlegi egyhangú életével St. Louis gazdasági válságának idején, inkább romantikus dicsfénybe vonja a régi jó időket, amikor egy nagy déli ültetvényen nőtt föl; azzal dicsekszik, hogy egy vasárnap délután „tizenhét gentleman széptevője volt”. Lelkében éppen olyan érzékeny és törékeny, mint nyomorék lányának üvegből való állatgyűjteménye — a címben szereplő „állatsereglet” —, fennakadt emlékei, csalódásai és félelmei hálójában. Nyomorék, félénk lánya, Laura, üvegállat-gyűjteményének képzeletbeli világában próbál menedéket találni. Amanda, az anya világa nem sokkal realisabb, mint a lányáé. Sőt az ő emlékei még talán kevésbé valóságosak a törékeny üvegnél is; és minthogy halványan tudatában van ennek, annál kétségbeesettebben csüng rajtuk.

A fiatalon elhunyt ígéretes erdélyi tehetség, Dsida Jenő, Tükör előtt c. versciklusában gyermekkoráról beszélve elmondja, hogyan kapta egyszer rajta apját, amint zárt ajtók mögött felöltötte régi katonai díszegyenruháját összes kitüntetéseivel, és megrendítő képben állítja elének az öreg álmodozót:

Majd szétpattant a lángoló tükörlap:
a tág ebédlő ablakain át
vakítva lobbantott a lemenő nap
a gögös fejre kármin glóriát.
Fojtott parázs, mely végre levegőt kap, —
minden kigyúlt, vörös tüzet zihált
és ő csak állott feszesen az örült
fényzuhogásban, mint egy megdicsőült.

Lement a nap s foszlott a multból elcsent
varázslat. Az a furcsa trombita
megint felharsant és a megrepedt csend
csüggedve csüngött, mint szakadt szita.
Egy ócska szék nagyot jajdulva reccsent,
szegény apám leroskadt, mint kit a
zuhanó téglát üt le s hosszú, fojtott
zokogás rázta vállain a bojtot.

Szegény! Szegény! Ki eltört életét
épnek álmodja, míg tükörbe pillant.
Szegény apáink!

Nem azt akarjuk mondani, hogy az öregedő embernek számúznia kell a fiatalkori élmények minden emlékét. Nem kevésbé vigasztaló és gyönyörködtető lehet az elmúlt napok emléke, és egészséges öntudattal tölthetnek el egy élet munkájának teljesítményei. Életünk minden igazi öröme és szépsége beleépül lelkünkbe. Azok a pillanatok, amelyeket szeretnénk Fausttal megállítani: „Maradj, hisz oly szép vagy!” az örökélet fényét sugározzák életünkbe és erőt adnak a sötétség, a szenvedés elviselésére. Nem csoda hát, ha az öregember kapaszkodik beléjük, táplálkozik belőlük. De őrizkednie kell attól a kísértéstől, hogy eszményítse és dicsőítse elmúlt életét. Még fontosabb ellenállnia annak a csábításnak, hogy a jelen követelményei elől a múltba szökjék és szinte teljesen abban éljen. Mert „csak az marad alul, ki önmagát elejti és lehull.” (Dsida.) Napjainkban sokat emlegetik azokat a fiatalokat, akik nem hajlandók mai civilizációnkban

élni; megvetően „szökevények”-nek mondják őket. Nem kell-e ugyanígy „szökevényeknek” tekintenünk azokat az öregeket is, akik nem hajlandók a jelenben élni, és az emlékek országába dezertálnak?

Öregkori önzés

Még egy negyedik súlyos veszélytől is őrizkednie kell az öregedő embernek, és ez az egoizmus. Gyakran anyagiasság formájában jelentkezik. A fogható dolgok: evés-ivás, bankszámla, a kényelmes karosszék roppant jelentőségre tesznek szert. Az öregkori szeszélyesség és önzés hatalmaskodási kedvben, uralomvágyban mutatkozik, abban a kísérltetben, hogy az illető zsarnokoskodjék saját családján és környezetén. Az öregedő férfi és nő érzi, hogy ereje napról-napra alább hagy. Ez azzal a veszéllyel jár, hogy túlkompenzálás áll elő, parancsoló egoizmus, keményszívűség és határt nem ismerő önelégültség alakjában. Ilyen pillanatokban az illető szívszaggatóan ragaszkodik mindenhez, amit még a markában tud tartani, és nem ébred tudatára, hogy az élet, és vele minden más lassan, de kikerülhetetlenül kisiklik belőle. Scrooge, Charles Dickens Karácsonyi ének-ének öreg zsugorija, vagy Molière Harpagonja ennek az öregkori önzésnek klasszikus irodalmi portréja.

Amikor öregkori egoistákról beszélünk, nemcsak azokra a mindenestül visszataszító egyénekre gondolunk, akik az öregség lejtőjén legrosszabb valójuk torzképévé válnak. Köztisztelőben álló „selfmade-man”-ok is öregségükre gyakran elviselhetetlenül önelégült és makacs egocentrikusok lesznek. Annál tragikusabb ez, mert hiszen az ilyen ember annyi mindent gyűjtött életében, annyi jót tett másokkal — és öregkorára a kisszerű családi zsarnok szerepébe csúszik. A semmiből verekedte föl magát, minden fillért feleségére és gyermekeire áldozott, most pedig végső napjait azzal tölti, hogy szeszélye-

sen uraskodik családjá fölött, ikszedszer mesélve el nekik, micsoda nagy legény volt ő valaha, milyen sokat tett értük, és milyen kevés hálát kap viszonzásul.

Robert Anderson mesterien ábrázolta ezt a típust „Sohasem énekeltem az apámnak” c. darabjában ill. filmjében. Tom Garrison, a benne szereplő nyolcvanéves apa, egész életében keményen dolgozott, rikancsfíúként kezdte, a legmagasabbig verekedte föl magát, és 50 000 dollár évi fizetéssel vonul nyugalomba. Sikere volt az életben, — de eközben akkorára dagasztotta énjét, hogy csaknem kiszívja az életét 40 éves fiának. A fiú csak azt kaphatja meg, amiről apja úgy látja, hogy nekivaló, illetőleg amit rátukmál. Az öregemberben határtalan önelégültségében soha árnyéka sincs a kételynek. Igazából nem lehet kapcsolatba lépni vele, mert tudja, hogy sikere volt az életben. Felfogása szerint ez a tény korlátlan jogot biztosít neki arra, hogy ítélkezzék, hogy meghatározza és ellenőrzése alatt tartsa fiának életét és sorsát.

Vannak más típusok is. Egyes idősödő emberekben a külső biztonság, a parancsoló fellépés, a szavakban vagy tettekben megnyilvánuló hősködés éppen a belső bizonytalanság és gyanú elleplezésére való. Mesteri ábrázolója ennek Ibsen (Solness építőmester). De a gyökér végső soron mindenütt az, hogy ezek az emberek nem tudnak kilépni önmagukból, saját életük és érdekeik köréből. A Peer Gynt híres jelenete jut eszünkbe, mikor a darab névadó hőse egy hagymát talál és egymásután hántja le rétegeit, de mindenütt csak ugyanolyannak találja. A végén undorodva eldobja. Ilyen az önző ember: mindenben csak sajátmagára bukkan, s végül is magának is, másnak is hasznavehetetlen. Újra kell önteni a „gomböntő kanalában”. Ezt az „újraöntést”, amit mindenki csak maga tud végbevinni sajátmagán, idejében kell elkezdeni, hogy be ne teljesedjék az illetőn öregkorára az önzők keserves végzete, a rideg magány:

...ha majd az aggkor
Elátkozott küszöbjét
Ki nem kerülhetem már,
Ha szívhez szólni néma lesz szemem már,
Üres a világ, s mit a holnap ígér,
A máinál sötétebb szenvedések:
Vajon hogy nézem akkor
Ez éveket, szegény magam s magányom!
Haj, eljő majd a bánom,
S vigasztalan bár, egyre visszanézek.
(Leopardi: A remete rigó. Ford. Sík Sándor)

III.

A MEGÖREGEDÉS MŰVÉSZETE

„Legyen”

Hogy nézhetünk szembe pozitív módon az öregedés válságával? Lássunk néhány pozitív megközelítést.

A legelső és legalapvetőbb lépés: elfogadni az öregedés tényét. Helytelen egyszerűen alávetni neki magunkat, mint valami kikerülhetetlen folyamatnak: pozitíven el kell fogadnunk, és igent mondanunk az életnek erre az új szakaszára:

Egyszer a test nyög, másszor meg a lelkem:
Mindez egyet mond, mint versben a refrén,
Ember vagy, vén vagy, fejedben a törvény.

Csak hogy nem elég annak a fejed,
Többet akar, nagyobb: szívedet.
Azon mérik rád a jövőt, jelent,
Hogyan dobogja szíved az igent.

(Sík Sándor: Dörmögés)

Ha egy férfi vagy nő fölfedezi azokat az egyedülálló értékeket és becses új alkalmakat, amelyeket csakis az érett kor adhat meg, akkor nemcsak éppen hogy passzívan elszenvedi az elkerülhetetlent, hanem aktívan és bátran lépi át azt a kaput, amely az emberi kiteljesedés és beteljesülés végső szakaszába vezet. Olyan az emberélet őszenek gazdagsága, mint az őszi erdő ezernyi színe. És az aggastyánkora sem magtalan. Az arc ugyan lehet ráncos, de belül „a szivárvány színei megérve elsímúlnak a ráncok fehérbe.” (Sík: Az ősz dicsérete.)

Ha idős emberrel találkozunk, rendszerint nagyon hamar kitalálhatjuk, megbirkózott-e a korrallal, vagy

sem. Ha igen, akkor kiegyensúlyozott önuralommal viselkedik. Ha nem, akkor benső meghasonlottsága nyugtalanságban, panaszkodásban és a köznapok kicsinyes dolgaiba való elmerülésben nyilvánul meg.

A függetlenség és bölcsesség leckéje

A szép megöregedés második pozitív lépése az, hogy megtanuljuk az elszakadás magatartását. Élete delén az ember rendszerint olyan mélyen belebonyolódott mindennapi munkájába, családjába és vagyonába, hogy nem tud igazi függetlenséggel tekinteni a világra. Túlságosan is része még mindezeknek. De az öregedés során életében először szerezheti meg a mélységes függetlenséget a világtól. Bizonyos távolságra tehet szert környezetétől és vagyonától, és új látóhatár nyílik előtte.

A függetlenedésnek ez a folyamata mindenekelőtt nagy csendet hoz az ember zaklatott életébe. J u h á s z G y u l a szoborba kívánczozó szemléletességgel írja le a ház előtt, a padkán üldögélő öreg magyar parasztot. „Az idő is áll egy pillanatra, ha meglátja őt.” Csak „pipál, nem moccan”, míg körülötte ott sűrög a falu alkonyati élete, vonul hazafelé a csorda. „Pipafüstje égbe száll, és gondolatja már a föld alatt jár. (Szakállszáritó.) A „hatvanas évek angyalának” nagy ajándéka, hogy megtaníttja az ember — nézni. „Csak úgy magában mindent és magának, Csak önmagáért, nem énmagamért.” (Sík: A hatvanévesek angyala.)

Ez az újfajta tárgyilagosság, ez a széles kilátás, vagy inkább átfogó látás mélyebb betekintést nyújt minden dolog értelmébe: mi az értelme életnek és szeretetnek, világnak és Istennek, időnek és örökkévalóságnak. A független magatartás lehetővé teszi az embernek, hogy lássa minden dolog valódi értékét, anélkül, hogy zavaróan belevegyülnének önző egyéni érdekek, vagy különféle elfogult előítéletek, ami a korábbi években rendszerint elhomályosította

látását. Velejár ezzel a bölcs szerénység, mérték-
tartás, a diszkréció, a tapintat. Amint a test fokoza-
tosan mind kevesebb táplálékkal éri be, a lélek
mohósága is alábbhagy. Az ember már nem akar
mindent látni, mindent élvezni. Nem akar többet
tudni, mint amit tudhat vagy illik tudnia. Nem akar
illetéktelenül beavatkozni mások életébe. (Hányan
vétenek ez ellen, éppen a hozzájuk legközelebb állók
esetében!) Vagyis a külső csend egybesimul a
belsővel. Áprily Lajos szép verse (Kérés az
öregséghez) megragadóan festi ezt az állapotot:

Öregség, bölcs fegyelmezője vérnek
taníts meg, hogy Csendemhez csendben érjek.

Ne ingerelj panaszra vagy haragra
hangoskodóból halkíts hallgatagra.

Ne legyenek csacska fecskéhez hasonló
ritkán hallassam hangom, mint a holló.

A közlékenység kútját tömd be bennem
karthauzi legyenek a cella-csendben.

Csak bukdácsoló patakok csevegnek,
folyók a torkolatnál csendesednek.

Ments meg zuhatag-szájú emberektől,
könyvekbe plántált szó-rengetegektől.

Csak gyökeres szót adj. S közel a véghez,
egy pátosztalan, kurta szó elég lesz,

a tulsó partot látó révülésben
a „Készen vagy?”-ra ezt felelni: — Készen.

Ha valaki megszerzi a függetlenségnek és tárgyila-
gosságnak ezt az állapotát, a szemlélődés érett böl-
csességét, akkor a fiatalabb nemzedék el fog jönni
hozzá tanácsért, mert nem kell már tartaniok önző

egyéni ambícióinak erőszakosságától. Az idős ember elcserélte hatalmának trónusát a bölcsesség székével, ahonnét megértő és lélekbélátó tanácsokat adhat az ifjabb nemzedéknek, — hiszen a bölcsesség és a gyermekség lelke rokon. Milyen szép együttes lehet öregeké és fiataloké!

Köszöntlek táguló szívemmel,
Körém gyülemlett unokák,
Úgy adta Isten, hogy ti bennem,
Én bennetek nővök tovább.

(Sík Sándor: Unokák)

Egy osztrák bácsika írta nemrégiben az egyik újságnak: „90 éves vagyok. Jól megértem magam a fiatalokkal, bár a gondolkodásuk sokszor más. Így aztán rendszeresen magukkal visznek autón az összejöveteleikre, mert a lábaim már nem akarnak engedelmeskedni. Az ember így maga is fiatal marad, mert megosztja a fiatalok gondját-örömét, ők meg szívesen fogadják a jótanácsot.”

Az érett kor bölcsessége más, mint az éles intelligencia, vagy pusztán adatraktár. Nem lehet könyvből megtanulni, sem iskolában és egyetemen nem osztogatják. A szív bölcsessége csak a fokozatos növekedés és érlelődés élethossziglan tartó folyamatával szerezhető meg.

A világnak nemcsak előrelökő fiatalos energiákra van szüksége. Nagy szolgálatokat tesz neki a bölcsesség ereje is, amely megőrzi a hagyomány igazán értékes elemeit. És ebből kinek van többje, mint az érett embernek, aki — nyugodtan bevallhatjuk — fizikailag túl van virágkorán. Az ilyen érett emberek higgadt jósága, bölcs türelme és mosolygós nyugalma bátorítás, ösztönzés és útmutatás lehet másoknak.

Paul Claudel darabjának, A selyemcipő-nek nagy nyitójelenete gyönyörűen írja le a sajátmagunktól és a világtól való elszakadás szabaddító hatását, és azt az új szabadságot, amelyben a dolgokat a hit szemével olyannak látjuk, amilyenek. Mikor a füg-

göny felmegy, egy jezsuita misszionáriust látunk: egyedül ő élte túl a hajótörést a kalóztól megtámadott hajón. A főárboc csonkjához kötözve hanyjákvetik az óceán dühöngő hullámai, teljes kiszolgáltatottságban. A halál révén álló jezsuita elkezd végső monológját: „Uram, köszönöm neked, hogy így megkötöztél... Igazán a keresztre vagyok szögezve, de a keresztnél, amelyen függök, nincs hozzáerősítve semmi máshoz. A tengeren úszik.” Végső imájában nem önmagával törődik, hanem önfeledten imádkozik kóborló testvééréért. — Ez a jelenet megragadóan jellemzi az öregedő, élete végéhez közeledő ember helyzetét, akinek lába alatt nincs többé szilárd talaj, és egyben a lelki kiutat is ebből a helyzetből. Nem az-e a hit legnagyobb diadala, hogy valaki saját halálküszdelmével és halálával szemben túl tud emelkedni önmagán, és szerető gonddal embertársai felé fordul?

A magány arca előtt

Sokaknak az öregkorral való megbirkózás a magány problémájával való megbirkózást jelenti. Özvegyek számára gyakran leverő élmény annak aggodalmas és ijesztő fölfedezése, hogy egyedül vannak. A modern irodalom, Sartre-tól Williams-ig, tele öregedő emberekkel, akiket a magányosság egyetemes rémképe kísért.

Sok öregedő férfi és nő megvallja, hogy legnehezebben elviselhető szenvedésük ez a magányérzet. Öreg barátaik egymásután meghaltak. Mint egy nyolcvanéves ember mondta: „Senki sincs már körülöttem, aki Jancsinak hívna.” A gyerekek kirepültek és a maguk életét kívánják élni. Mindig ritkábban jönnek látogatóba. És amint az ember öregszik, gyakran mind nehezebbnek találja, hogy új barátokra tegyen szert. Fél, hogy tolakodónak nézik, és ez visszatartja attól, hogy kilépjen önmagából és új ismeretségek után nézzen. Ha csak egyszer is

visszautasítják, könnyen bizonytalanná és kételkedővé válik: érek-e még valamit, jó vagyok-e még egyáltalán valamire; óhajtanak-e még az emberek, szükségük van-e rám, vagy éppen csak eltűnnek? Így aztán visszavonul és sok éjszakát tölt keserű magányban. Amit Tennessee Williams a Pokolraszálló Orfeusz egyik alakjának a szájába ad, az az ilyen emberben megértő visszhangra talál: „Valamennyien szorosan bele vagyunk kötözve testünkbe. Azt lehetne mondani: magánzárkára ítélve a saját bőrünkben.”

A korosodó embernek nem szabad túlságosan könnyen megadnia magát a magány előtt. Inkább próbálnia kell mások rendelkezésére állni, ápolni a kapcsolatokat embertársaival, és ha lehet, újakat is teremteni.

Egyik konkrét útja lenne ennek: más öregek rendszeres látogatása, akik egyedül élnek és nagyon megbecsülnék a társaságot. A saját magányunk fölé kerekedés legjobb módja, ha mások szolgálatába feledkezünk bele; így nem gondolunk a magunk szenvedésére. Sok öregembert az öregek klubja segíti ahhoz, hogy új barátokra tegyen szert és magánya enyhüljön.

Ha valaki már nem tud járkálni, a levélírás is jó alkalom lehet, hogy egy kis örömet és reménysugárt adjon más bezártaknak, és saját maga elszigetelődését is megelőzze. Öreg barátai, ismerősei nemigen kapnak már annyi postát, mint valaha, és így jobban megbecsülnek egy-egy apró születésnap, évfordulás, jubileumi megemlékezést. Magányosan élő emberek felhívása is igen jó módja lehet annak, hogy felvidítsák őket, és megkönnyítsék magányukat, egyben a magukét is.

Az az öregedő ember, aki ilyenformán próbál mások szolgálatára lenni és megmutatni irántuk szerető törődését, talán sok napot tölt el egyedül, de sohasem lesz magányos napja.

Melyikünk nem ismer egy-egy olyan magáramaradt öreg nénit, aki úgyszólván lelke a szomszéd-

ságnak, egy-egy rideg városi bérháznak (már ahol még egyáltalán érintkeznek egymással a bérház lakói)! Ha a háztartásban kifogy valami, hozzá mennek kölcsönkérni. Ha valami örömről vagy bánatuk van, nála öntik ki a szívüket, hiszen ő ráér. Ha egymással van bajuk, azt is neki¹ kesergik el; az öreg-asszony türelmesen meghallgatja, és nem pletykálja tovább az „ellenfélnek”, aki talán éppen a következő félórán nyit be a maga mondókájával. Bizony áldás az ilyen öreg egész környezetének. Az ő magányát pedig megenyhíti a mások dolgával való törődés.

De megeshet, hogy az öregedő ember olyan pontra ér, különösen betegség idején, amikor az érintkezésnek nincs lehetősége többé, s végül is tökéletesen elszigeteltnek és magányosnak érzi magát. Ezekben a pillanatokban talán Istennel kívül nem fordulhatunk másodhoz. Ilyenkor jó emlékezni arra, hogy Urunk megérti, mi a magány. Hisz senkisémet ízlelte meg mélyebben a magányosság agóniáját, mint Jézus a Getszemáni kertben, és senki teljesebben a tökéletes elszigeteltséget, mint Jézus a kereszten.

Az egyedüllét élménye nem föltétlenül negatív. Ellenkezőleg: az egyedüllét ürességének érzése megnyithatja az ember szívét és fogékonyabbá teheti Isten jelenlétére. Isten pedig a csendben szeret szólni hozzánk. Az egyedüllét áldás is lehet. A magány-élmény talán leszakítja az emberről álarcait és kényszeríti, hogy szembenézzen igazi magával. Elmélyítheti hitét, és arra ösztönözheti, hogy személyesebb viszonyt keressen Istennel.

A magány keserű óráiban a reménység és vigasztalás egyedüli sugara talán Isten jelenlétének gondolata:

Ifjúságom óta te vagy oltalmazóm,
benned bíztam mindenkoron.
A vénség idején ne vess el,
mikor erőm megroksad, ne eressz el!

(70. zsoltár, ford. Sík Sándor)

Minden ellenkező látszat ellenére az ember végső soron soha sincs egyedül, mert Isten mindig vele van. Isten jelenlétének egyre mélyülő tudatával mérhetetlenül érdemes kitöltenünk az öregkor magányos óráit. Vagy felülkerekedünk magányunkon az Istennel való új, személyes találkozásban, vagy áldozatul esünk kínjának, és ez határesetekben a végső kétségbeesésbe is vihet. Magányunk sokszor Isten kísérlete arra, hogy megkapja osztatlan figyelmünket, és új, mélyebb szinten érintkezzék velünk.

Ha valaki öregségében a magány kínos élményén megy keresztül, jól teszi, ha mindig kéznél tart egy-egy remek szentírási szöveget azok közül, amelyek Isten jelenlétéről biztosítják az ő gyermekeit. Az ezekről való elmélkedés mélyebben ráébredhet, hogy végre is sohasem vagyunk egyedül. A Szentírás újra meg újra elmondja nekünk, milyen közel van a mi Istenünk. Szent Pál így szól az athéniekhez: „Isten nincs messze egyiküktől sem, hisz benne élünk, mozgunk és vagyunk” (Csel 17,28). Amikor Jeremiás próféta félelmében visszariad a küldetéstől, amit az Úr rá akar bízni, Isten saját jelenlétének gondolatával bátorítja és vigasztalja: „Ne félj, mert én veled vagyok, hogy megoltalmazalak” (Jer 1,8). És a 22. zsoltár szépen mondja:

Halálos árnyak völgyén hogyha járok,
még ott sem félek semmi bajtól,
mert te vagy ott is énvelem.
A te vessződ, a te pásztorbotod
vigasztalásom szüntelen.

Krisztus e világba jövetelének története Isten újfajta közelségét adja tudtunkra: „Emmánuelnek fogják hívni, ami annyit jelent: Velünk az Isten” (Mt 1,23). A legmegindítóbb szavak egyike Isten szerető jelenlétéről és minden emberi lényre viselt személyes gondjáról Izaiás könyvében van följegyezve; ez a szó magányos emberek millióinak adott új reményt és bátorságot: „Elfeledkezhetik-e

az anya kebelén lévő magzatáról, hogy ne könyörülne méhe fián? És ha ő el is feledkeznék, én sohasem feledkezem meg rólad” (Iz 49,15). Krisztusnak tanítványaihoz intézett utolsó szavai is folytatódó jelenlétét hangsúlyozzák: „Tudjátok meg, hogy én veletek vagyok mindig; igen, az idők végéig” (Mt 28,20). Ha Isten jelen van, akkor soha senkinek sem kell már magányosnak éreznie magát.

Szienai Sz. Katalin, a nagy misztikus, azt mondotta egyszer, hogy egész napokat tudna tölteni a Credo egyetlen mondatáról szemlélődve: „Az ő országának nem lesz vége.” Mindegyikünk találhat olyan imádságot vagy szentírási verset, amely mindig újból átsegít a vigasztalanság idején.

Remekül érzékelteti mindazt, amit ebben a fejezetben elmondtunk, a kilencvenéves R a v a s z L á s z l ó református püspök levele:

„Egyedül maradtam. Kedveseim szétoszoltak, kiki az övéihez. Akik a legdrágábbak voltak nekem, azok elmentek az örökös hazába Ahhoz, Aki őket a legjobban szerette és Akit ők nem tudtak eléggé szeretni. A többiek a földi életben találták meg a maguk párját s egész életükkel ragaszkodnak hozzá. Csak én maradtam egyedül.

Óh, ez az egyedüllét néha nagyon a lelkemre nehezedik. Úgy szomjúhozom azok után, akik elszakadtak tőlem, mint a száraz ág az elhullott levelei után, mint a bokor üresen maradt fészke a tengeren túlra röppent lakója után. Vannak körülöttem drága lelkek, akik gyöngédséggel és szeretettel vesznek körül, de emberöltők távolságán át úgy tekintünk egymásra, mint két szembetalálkozó hajó utasai, akik azért közelednek egymás felé, hogy örökre eltávolodjanak.

Nincs senki, aki megértene, emlékeim másokat nem érdekelnek. Érzéseimre jóakarát, de nem visszhang felel. Mintha valami üvegfal ereszkedett volna közém és a világ közé. Úgy tetszik, mintha felesleges volnék. Még itt élő időszerűtlenség, itt felejtett avarlevél egy

olyan fán, melynek már nem az a tavasza, ami az enyém.

De ha lelkem figyelmes az Isten igéjére és elmerül az Ő tanácsának ismeretében, akkor átmelegedő lélekkel látom, hogy ez nem büntetés, hanem ajándék. Isten készítget arra, hogy Hozzá térjek. Szent keze egyenként veszi el tőlem mindazt, amit a világ adott, mert engem akar egyedül és azt akarja, hogy én egyedül Őt keressem. Betakart engem ennek a világnak ezerféle viszonylatába. Most bont ki belőle. Azt akarja, hogy idegenné váljak, mert találkozni akar velem. Azt akarja, hogy ne tekintsek hátra, mint Lót felesége, mert egy elmúló, égő városból, az élet városából: e múltó világból menekülök az Ő hazahívó karjai felé. Készítget arra, hogy csak Vele legyen társalkodásom. Ő legyen mindenem, mert nemsokára át kell mennem azon a keskeny pallón, ahol mindenki elhagy, senki sem segíthet. Ahol az emlékek teherré válnak, egyedül Ő a segítség. Egyedül Ő tart meg és szállít át erős karjaiban a túlsó partra.

Kezdem úgy érezni, mintha boldog találkozásra egy csodálatos palotába mennék. Mögöttem bezárul elhagyott világom ajtaja, elhallgat édes vagy fájó zűrzavara. Leperegnek rólam emlékei, koszorúi, sebhelyei, mint ahogy a szárnyrakelő kócsag előbb lerázza tolláról a vizet. Hivogatnak belülről zengő zsolozsmák, szemembe szítál a félig nyitott ajtó fénye s egész lényemet eltölti. Ki az, akivel találkozni fogok, amikor a küszöböt megroggyanó lábbal átlépek? Már itt minden tárgy arról beszél: Ez az Ő aranyos felháza. Hívei, szolgálai, palotát álló cselédei némán is Róla beszélnek, s betölti a termeket az Ő nevének dicsősége. Érzem közellétét, velem van nagy, áldott szerelme. Szívemhez szorítom ígéreteit, bízom abban, Akit értem küldött és Aki vérével elpecsételte az én meghívásomat.

Nem vagyok egyedül! Az Atya velem van. Ajkam talán néma, de fáradt lelkem már énekel.”

Megbánás és újjászületés

Sok ember ötvenes éveinek elején mindinkább belesüllyed a múltjába való visszanezés megszállotságába. Elmúlt életük készletén élőködnek, dicsőségükön és kudarcaikon, teljesítményeiken és mulasztásaikon. Mindannyian jól ismerjük öregedő emberek dicsekvő monológjait, akik múltjuk föllevenítésében élik ki magukat, nagylelkűen megajándékozva ismerőseiket egy gáncstalan, csupa-teljesítmény élet rózsás képével. De ha egyedül vannak sajátmagukkal, ha nem viselhetnek álarcot, hogy megmentsek a reputációjukat vagy támogassák magukat valamivel, és a közeledő öröklét nézőpontjából tekintenek igazi énjükre, akkor a legtöbb öreg kínosan eszmél rá, micsoda szakadék tátong fiatalságuk ideálja és valóságos teljesítményeik között. Ha becsületesek önmaguk iránt, rá kell jönniök, mennyiszer pazarolták el energiáikat, mulasztottak el jó alkalmakat, követtek hamis célokat és csalták meg közösségüket és családjukat. Egész elmúlt életük olyannak tűnik, mint egy nagyon is befejezetlen, szinte föl sem ismerhető szobormű. Bizonyára akad egy-egy finoman kivitelezett részlet, de a csalódás és kiábrándultság érzése is erőt vesz rajtuk a sok hiba és mulasztás láttán. És ha nem csaljuk magunkat, akkor bele kell törödnünk a valódi büntudat érzésébe is, mert ugyan ki nem cselekedett gyakran önző módon, kivel nem történt meg, hogy nem tanúsított elég szeretetet és részvétet embertársai iránt, és sokszor nem volt ott, ahol szükség lett volna rá?

Hogy éltem, jaj!

Jaj, önmagamnak törvényt készítettem!

Hogy éltem, jaj!

Jaj, szomorú igaznak lenni jöttem!

(Salamon Ernő: Öregedem)

Az elmúlt rossz cselekedetek vagy bűnös mulasztások feloldatlan büntudata gyakran lélektani

zavarokat teremt az élettől visszavonult férfiakban és nőkben. Ha a múltban elkövetett bűnt akkor nem bánta meg, ha nem tette jóvá a felebarát elleni igazságtalan cselekedetet, akkor ennek gyötrő emléke nem hagyja békén, és arra kényszeríti, hogy szembenézzen a talán sok éven át elfojtott csúf tényekkel.

Ez a múltbanéző megszállottság mindig a kiábrándulás egy cseppjét hordja magában, hisz ki mondhatja el magáról, hogy büntelenül élt? Mindenkinek szervesen bele kell illesztenie múltját jelen életébe, és ennek a feladatnak egyik része gyakran a becsületes szembenézés lesz az elnyomott bűnnel.

Az előző fejezetben láttuk: gyerekes és helytelen, ha az öregember azzal tölti utolsó éveit, hogy fölleveníti és felszámolja a múlt dicsőségét. De éppen olyan kevésbé válik hasznára az ellenkező véglet, amikor életének vége abban telik, hogy terméketlen lelkifurdalás kísértetei üldözik, és bűntudatának nehéz súlya nyomja le. Pszichológusok és pszichiáterek szerint mindkét véglet sajnos nagyon gyakori öregedő emberek közt, és jó adag olyan egészségi problémát teremt, amit mind el lehetne kerülni a múlttal való becsületes, őszinte kibékülés árán.

M. Scheler, *Megbánás és újjászületés* c. brilliáns tanulmányában, értékes megközelítési módját adta meg az elmúlt bűn problémájának. Azzal a kérdéssel kezdi: lehet-e vajon megneemtörténné tenni azt, ami a múltban megtörtént, ki lehet-e törölni egy rossz tettet? Úgy tűnik, az idő múlása megfordíthatatlan folyamat, és ami egyszer elmúlt, az elmúlt. Ez igaz a tárgyi időre vonatkozólag, amelyben a fizikai események folynak le. De nem így van az emberi idővel. Az ember élete nem olyan, mint a folyó, amely lefolyik és nem fordulhat vissza, nem változhat meg már tovatúnt részében. A lélektelen természet állandó folyásával szemben, amely csak egyetlen dimenziót és egyetlen irányt ismer, az embernek még mindig hatalma van elmúlt

cselekedeteinek jelentősége és értéke fölött. Nem tudja megváltoztatni azt a fizikai tényt, hogy elkövetett egy bizonyos tettet, sem cselekedeteinek külső hatását. De megváltoztathatja jelentőségüket és értéküket. Múltunk minden egyes eseménye bizonyos értelemben meghatározatlan marad jelentőségében, befejezetlen értékében, és még mindig megváltható. Az ember életének minden egyes pillanatában jelen van és hatalmában van egész múltja. A megbánás aktusában megvan a képessége arra, hogy kitörölje a rosszat elmúlt cselekedeteiből, újraértékelje elmúlt életének egy részét, és új értékkel, új jelentőséggel lássa el. A megbánás tehát betörés, beavatkozás saját elmúlt életünkbe. A megbánás az a nagyhatalom, amely újjászüli önmagunkat, az erkölcsi világ legforradalmibb ereje. Minthogy általa az embernek valóban hatalma van elmúlt tetteinek jelentése és értéke fölött, kiűzheti a bűnt személyiségének eleven magvából, újból éppé teheti magát, és megvalósíthatja saját erkölcsi, lelki és vallási újjászületését. A közvélemény gyakran úgy értelmezte a megbánást, mint pusztán tehetetlen sajnálkozást, vagy bánatos visszamerengést a múlt kudarcaira — és mint ilyet félredobta. Scheler számára a megbánás több: nagy paradoxon, általa az ember hatalommal fordul a múlt felé, hogy megszüntesse az elmúlt cselekedetek rosszságát, ugyanakkor pedig örvendezve dolgozik a jövőért, a szabadulásért, megújulásért, újjászületésért.

Max Schelernek ezeket a mély filozófiai fölfedezéseit ki kell egészíteni a bűnbánat szentségében végbemenő megbánásról és újjászületésről szóló teológiai tanítással. Tehát igenis van pozitív megközelítési módja a múltban elkövetett véteknek. Ez annál tragikusabbá teszi azt, hogy annyi öreg elviselhetetlenül szenved saját tökéletlen, megváltatlan múltjának le nem emelt terhe alatt.

Olvassuk el, mit ír a nyolcvanéves János pápa „a bocsánat délutánján” — így nevezi kedvesen annak

a napnak délutánját, amikor lelkigyakorlata idején újból egyetemes gyónást végez, áttekintve hosszú élete „számtalan bűnét, hibáját és mulasztását”:

„A jól elkészült és hetenként megismételt szentgyónás... megnyugtató és bátorító módon hozzászoktatja az embert, hogy készen legyen minden órában, a nap bármely pillanatában a halálra. Az Úr Jézus szerető bizalmának tekintem belső nyugalma-mat és azt az érzést, amellyel bármikor kész vagyok meghalni és az Úr intésére színe elé állni, és remélek abban, hogy az Úr utolsó irgalmát is elnyerem, hiszen ő hívott meg arra, hogy képviseljem itt a földön. Legyünk hát folyton készen, mintha mindig tárt karokkal várna ránk.”

Azt mondhatná erre valaki: könnyű volt a tisztalelkű János pápának! De az ilyen felfogás a helyzet félreismerése lenne. Mert egyrészt a felelősség és a belső érzékenység a kegyelmek arányában nő, másrészt Isten irgalma nem kevésbé hatalmas és készséges a nagy bűnök megbocsátásában, mint a kisebbekében. Krisztus szívesen ismétli el újból azokat a szavakat, amelyeket az evangéliumi asszonynak mondott: „Bűneid meg vannak bocsátva” (Lk 7,48), valahányszor egy ember megbánással és szeretettel feléje fordul. És azok a szavai, amelyeket a megváltó szenvedése előtti estén ejtett ki a bűnök megbocsátásáról, szintén mindenkire szólhatnak ma is: „Szomorúságtok örömmre fordul... örömtöket senki el nem veszi tőletek” (Jn 16,20-22). Vannak emberek, akik öregkorukban mintha bensőségebbre egyesülnek Istennel, mert buzgón igyekeznek jóvátenni a múlt mulasztásait. Az Egyház jól ismeri a bűnnek és a bűntudatnak ezt az oldalát; egyik legmegindítóbb énekében a „boldog bűn” merész paradoxonát alkalmazza: „Ó Ádám valóban szükséges vétke, amelyet Krisztus halála törölt el! Ó boldog bűn, amely ily nagy Megváltót érdemelt!” Mindnyájan ismerjük ezeket a szavakat a húsvéti vigília liturgiájából.

A teljesség felé

Sok öregedő ember egyik bátorító és örvendetes tapasztalata az a fokozódó fölfedezés, hogy szelleme diadalmaskodhat akkor is, ha fizikai erői csökkennek. Pszichológusok és regényírók egyaránt gyakran leírták azt a folyamatot, amelynek során az öregedő embert mindinkább elhagyja fizikai ereje, de ennek elvesztéséért kárpótolja az, hogy benső erőtartalékokat tud felszínre hozni szellemének és lelkének mélyéből.

Mindannyian ismerjük a lélektan általános törvényét: valamilyen testi hátrány, vagy egy területen tapasztalt alsóbbrendűség erőteljes ösztökélő lehet a kompenzációra egy másik területen, és ott az illető esetleg rendkívüli sikert is arathat. Ha egy fiatal lány nincs megáldva testi szépséggel, ezt gyakran kihívásnak veszi a sorstól és hiányosságát azzal próbálja jóvátenni, hogy a tanulásban, vagy a sportban akar kitűnni. Könnyen meglehet, hogy ezen a téren felülmúlja vonzóbb osztálytársait.

A kompenzációnak ugyanez a törvénye áll az öregkorra is. Mikor az öregedő ember megtapasztalja a korával járó csökkenéseket és hanyatlást, tekintheti ezt kihívásnak is. Akkor az öregség hátrányai, bajai és kiábrándulásai ösztökélők, biztatók lehetnek olyan belső erők és alkotó energiák felébresztésére, amelyek segítségével lesznek, hogy emberségének új dimenzióit fedezze föl és fejlessze ki, és így a vereséget győzelemmé változtassa.

Tóth Árpád „Hegyi beszédek felé” c. versében a deresedő hajú költő szembenéz mindazzal, amit a múltó évek tehetetelként hoznak költészetébe („Nehéz hang érdesíti itt- amott a futamot”, „elszállt az élet, a nóta se hű”), de így folytatja:

De ne bánd, ha már nem tudod a régit,
Sírd az újat, óh, az is kielégít,
Nem édes, nem tüzes, nincs benne báj,
De jó, ha fáj!

Bár hangja dadogóbb és fénye ritka,
De — érzed? — mélyebb, s — érzed? — több
a titka
S nemcsak magad fájsz benne, de a tág
Egész világ!

S mintha olykor a gyarló földi dalban
Hangját próbálná halaványan, halkan,
Valami égből üzent, messzi, szép
Hegyi beszéd!

Még tovább megy igenlésben és aktivitásban Sík
Sándor szimboluma:

Aranyban égne, tűzben aranylanak
Hegyen és völgyön a nemes őszi fák.
Október édes napja fényén
Mind, ami szép kilobog belőlük.

Tűz, tűz, még egyszer, ha legutolszor is
Aztán hadd jöjjön a halavány halál
Éltek, virultak, égtek, — egy még
Részük: e szép mosoly a halálnak.

Az öregkor egyik legszomorúbb oldala az, hogy sokan mintha nem vennék észre lelkük hatalmát a korosodó testen, és így sohasem fejlesztik ki benső énjük rejtett képességeit. Úgy látszik, mintha két-féle útja lenne a fejlődésnek az emberi életben. Az első esetben a szellemi görbe követi a fizikait. Ez azt jelenti, hogy valaki élhet még öregkorban is, de élete már alig emberi. Ha szellemi tevékenységei és képességei már szinte szunnyadnak, akkor élete jóformán csak vegetáció, az emberi beteljesülés érzése, öröme nemigen kíséri. A második esetben az öregedő ember lélektani és szellemi képességei igen hatékonyan működnek tovább, sőt még jelentős eredeti gondolatok, vagy nagy művészi alkotások sem esnek kívül lehetőségeinek körén. A nagy német író, Goethe mondta ki azt a mély meglátást, hogy fiata-

labb éveiben az ember a teste által él, öregkorban pedig teste ellenére kényszerül élni.

Az emberben rejlő egyes képességek és erők csak akkor kezdenek kifejlődni és kibontakozni, amikor a test fizikai energiája megcsökken. Korábbi „dolgozó” életében rendesen annyira az életfenntartásra szükséges energiák állnak középpontban, hogy benső életének bizonyos mélyebb erői nem fejlődnek eléggé. Az öregkor lehetőséget kínál arra, hogy sajátmagunk mélyebb szintjét is fölfedezzük és kifejlesszük. Az elmélkedés és szemlélődés rendszeres gyakorlása nagy segítség lehet, hogy kibányásszuk ezeket az énünk mélyében reánk váró kincseket, és kiteresszük őket. Ezt a két mesterséget — már mint az elmélkedést és a szemlélődést — nem tanuljuk meg egyhamar, de ha egyszer szert tettünk rájuk, az roppantul kifizeti magát.

Eszembe jut itt több élményem, amikor a betegek kenetét öregeknek szolgáltattam ki, és utána tanúja voltam, hogy nemcsak lelkierejük újult meg figyelemreméltóan, hanem testi egészségük is. A test és lélek viszonya még mindig nagy titok előttünk, de egész határozottan úgy tűnik, hogy közeli kapcsolat van az ember lelkiereje és testi egészsége között.

Ha az öregkor eredményessége vagy kudarca olyan nagyon függ attól, hogy az ember szellemileg élénk tud-e maradni a test növekvő hiányosságai ellenére is, akkor roppant jelentősége kellene hogy legyen az előkészületnek. Az ember azzal készül elő öregkorára, hogy lélektani, értelmi és lelki erőit a lehető legmagasabb fokig fejleszti. Egy gerontológus jelentette ki nemrégiben: ha a tizenéveseknek értelmileg jobban ösztönző nevelést adnánk és nagyobb lélektani érettségre vezetnénk őket, az fontosabb hozzájárulás lenne az öregkor problémájának megoldásához, mint ha klubokat alapítunk az öregeknek. (Amerikában ezek a „Golden Age Clubs”, „az aranykor klubjai” hangzatos nevet viselik.) Sok öreg esetében az a belső üresség, amely hirtelen feltárul nyugdíjba vonulásuk idején, mindig is megvolt; csak

éppen a szüntelen munka eltakarta. Az érdeklődés és ízlés fejlesztése szellemi kutatásban, művészetben, zenében, irodalomban és vallási téren jelentős része a termékeny öregkorra való fölkészülésnek. De még ha valaki úgy ért is el nyugdíjas koráig, hogy elmulasztotta ezt az előkészületet, ne adja fel egykönnyen a próbálkozást, hogy megszerezze a művészetek iránti érzéket. Jó irányító és nagy türelem meglepő eredményeket hoz. Sőt még a tanulás sem reménytelen. Egy magyar szerzetes nemrégiben tette át működésének színterét Kanadába, és a lelkipásztori munkára való előkészületül jóval túl az ötvenen szorgalmasan tanulja az angolt.

A szorosan vett lélektani téren igen értékesek lehetnek itt C. G. Jung meglátásai. Jung szerint az ember rendszerint csak lélektani képességeinek a felét használja fel, másik fele kiaknázatlan, elfeledett marad. Az előző nemzedékek egyáltalán észre sem vették az emberségnek azokat a megdöbbentő mélyeit, amelyeket az elmúlt néhány évtizedben fedeztünk föl. De még ma is a legtöbb ember mintha csak pszühéjének egy kicsi részével élne, potenciális belső valójának egész nagy területei elhanyagoltak, ismeretlenek előtte. Vagy ahogyan Goldbrunner mondja: „A lélek házában sok szobája be van zárva, és sohasem nyitják ki.”

Fölmerül itt a kérdés: van-e mentségünk rá, hogy továbbra is csak képességeink felével dolgozzunk, miután fölfedeztük ezeket a valamennyiünkben benne rejlő roppant energiaforrásokat? Nem erkölcsi kötelesség-e, hogy kifejlesszük a lélek kihasználatlan energiáit, és így törekedjünk a pszichikai teljesség megszerzésére? Valaki azt mondta: az ember esetleg elég jó teljesítményeket mutat fel élete első felében úgy, hogy lelki energiájának csak a felét használja föl, de az élet második felében érzi csak igazán szükségét annak hogy befogja ezt a hatalmas rejtett tartalékot. Éppen azért nem érnek el annyian soha az emberi kiteljesedésig, azért emészti őket öregkorban unalom és belső üresség, mert sohasem fedezték föl

a lelkük mélyén elraktározott potenciális energiákat.

Jung szerint ennek az újonnan fölfedezett lelki szférának a felhasználása mind a lélektani egészség megszerzése, mind az értelmes emberi lét megvalósítása szempontjából lényeges. Felfogása szerint a lélek tudatos és tudatalatti részeinek integrációja és a kiterjesztett pszichikai teljesség, „komplettség” megszerzése nemcsak lélektani probléma, hanem erkölcsi követelmény is.

Még egyszer hangsúlyozzuk: sosem késő hozzáfogni személyiségünk ki nem kutatott vidékeinek fejlesztéséhez, akkor sem, ha valaki már nyugdíjba vonult. Türelem és pozitív, optimista hozzáállás csodákat tehet! Szépen mondja Amiel: „Annak, hogy a múlt évek, sőt még az ősz haj ellenére is fiatalok maradjunk, csakis az a titka, hogy megóvjuk magunkban a lelkesedést a szépséggel, a szemlélődéssel és a szeretettel, vagyis rövidre fogva: a lélek összhangjának megőrzésével.”

Kései hódítások

Azt mondtuk az elején, hogy minden embernek tulajdonképpen három különböző kora van: a kronológiai, a biológiai, végül pedig a pszichológiai. Lehet valaki öreg naptár szerint, és mégis fiatal lélektani kora szerint.

Ha visszanézünk a történelembe vagy szétnézünk a jelenkorban, azt látjuk, hogy sok nagy ember — férfi vagy asszony — számára a kronológiai vagy biológiai öregség nem akadály, hanem sokszor éppen serkentő volt arra, hogy „felvegyék a kesztyűt”, amit a kor feléjük dobott, és nagy dolgokat valósítsanak meg.

Már a régi görögök észrevették, hogy bár az öregséggel alábbhagynak a fizikai vágyak és képességek, a szellemi értékek terén új látóhatár tárul ki. Platón Politeia-jának elején az öregedő Kephalosz üdvözli Szokratészt, és elmondja neki, milyen élénken érdek-

lik most az élet alapvető problémáival foglalkozó komoly viták. „Részemről — mondja — vágyakozásom a jólesően értelmes társalgás iránt és benne lelt gyönyörűségem abban a mértékben növekszik, ahogyan a test kielégülései csökkennek.”

Annak pusztá ténye, hogy valaki naptár szerint öreg, nem lehet ok arra, hogy feladja minden további hódítás tervét. Sok híres ember életében későn valósított meg nagy dolgokat. Példájuk ösztönző lehet, hogy az ember ne hagyjon fel az erőlködéssel és akarjon pszichológiailag fiatal maradni.

Sok kiváló irodalmi, művészi és tudományos teljesítmény előrehaladott kor gyümölcse. Szophoklész, a görög drámaíró, 80 éves korában írta meg Oediposzá-t. Goethe nyolcvanon felül fejezte be a Faustot. Daniel Defoe, miután sok különféle foglalkozást kipróbált, 59 éves korában ült le megírni Robinson Crusoe-t. A következő öt esztendőben még hat regényt írt. Immanuel Kant A tiszta ész kritikájá-t 57 éves korában tette közzé. Michelangelo 59 éves korában fejezte be a firenzei Medici-kápolna óriási szobrait, a rákövetkező hét évben megfestette a Sixtusi kápolna Utolsó ítélet-freskóját, és 71 éves, amikor elvállalja a Farnese-palota és a Szent Péter-bazilika befejezését! Utolsó nagy festői vállalkozása, a vatikáni Cappella Paolina kifestése 66—75. éve közé esik; utolsó építészeti műve, a Porta Pia városkapu Rómában, 86 évvel született meg. Még bámulatosabb, hogy a nem kicsiny fizikai erőt is igénylő szobrászvéshöz sem lett aggkorában hűtlen: Firenzében őrzött két Pietà-jának egyike 75, másika 81 éves korában készült, és 89 éves fejjel, pár nappal halála előtt még dolgozott a ma Milánóban található Pietà Rondanini-n. Ő írta öregségében — tudvalevőleg költő is volt ez az egyetemes zseni — ezeket a szép sorokat:

Nyugtót nem ad ma már ecset, se véső,
a szív csak égi győzelemre vár,
mely a kereszten int, kítárva karját.

(Az élet alkonyán. Rónay György ford.)

Verdi, Haydn és Händel halhatatlan zenét komponált 70 éven túl; Rembrandt és Monet legjobb képei egynéhányát festette, Yeats pedig legnagyobb verseinek egynémelyikét írta meg élete vége felé. A 90. évén túljáró Pablo Casals ugyan „már” visszavonult, de néhány éve még maga vezényelte Európa-szerte A jászol c. karácsonyi oratóriumát. Köztudomású, mennyi világhírű karmester arat előrehaladott korban még nagy sikereket (Klemperer, Bruno Walter, Hermann Abendroth, stb.). Einstein és Albert Schweitzer idős korában is alkotóképességének teljében volt. Schweitzer 38 éves korában ment Afrikába, 49 éves fejjel kezdte ott újra kórházi munkáját, 77 évvel kapta meg a Nobel-díjat. — Francois Mauriac így magyarázza meg utolsó regényének keletkezését: „Nyolcvanadik születésnapomon azt mondtam magamban: Minthogy úgylátszik még messze vagyok a haláltól, miért ne írjak még egy regényt?” Ekkor megírta utolsó remekművét, a Maltaverne-t; 1969-ben, 83 éves korában adta ki, és best-seller lett Franciaországban.

A közéletben olyan emberekre mutathatunk rá, mint Churchill, Gandhi, Gladstone, De Gaulle, Adenauer, Tito, akik öreg koruk ellenére döntő módon hozzájárultak országuk politikai formálásához. Gladstone 84 évvel lett miniszterelnök. Konrad Adenauert 1949-ben 73 éves korában választották nyugatnémet kancellárrá, még kétszer megválasztották, úgyhogy 14 évig maradt hivatalában és 87 évvel vonult vissza.

A vallástörténet nagy alakjai közt is bőven találhatunk példákat. Roberto Bellarmino 51 éves korában fejezte be élete főművét, a Kontroverziákat; 6 év múlva bíboros, újabb 3 évre rá capuai érsek lett. 63 éves korában került vissza Rómába és mint pápai tanácsadó és teológus sok kényes ügyben mondott véleményt. 1615 és 19 között (1621-ben, 79 éves korában halt meg) évenként egy-egy könyvben adta ki lelkigyakorlatait, többek között „A jó halál művészetéről”. A 70. életévéhez közeledő Karl Rahner ma is

a német nyelvterület egyik legjelentősebb teológusa, állandóan ír és nyilatkozatokat ad. Augustin Bea 68 évvel ugyan „már” bíboros lett, de csak 8 évvel halála előtt, 1960-ban alakul meg az a szerv, amelynek vezetőjeként beírta nevét korunk egyháztörténelmébe: a vatikáni egységtitkárság. 87 éves korában teljes szellemi frissességben, köztisztelettől övezve halt meg. — Nemrég olvashattuk a lapokban, hogy a zürichi egyetem teológiai fakultása díszdoktorrá avatott egy 88 éves svájci parasztembert, Samuel Henri Geisert. — És kinek ne jutna eszébe XXIII. János pápa, akit 77 évvel választottak meg „átmeneti pápának”, és valóban csak hat évig ült Szent Péter székében, de ez az idő elég volt ahhoz, hogy mint minden idők egyik legnagyobb pápája írja be nevét az Egyház történelmébe? A 76. évében járó VI. Pál pedig, apostol-elődjének példájára, szinte évenként újabb nagy utazással lepi meg a világot.

A magyar irodalom — sajnos — inkább ifjan vagy a férfikor delén elhunyt nagy tehetségekben gazdag. De gondolhatunk itt Pázmány Péterre, aki 67 éves korában, közvetlenül halála előtt, még tele van nagy tervekkel, összes műveinek kiadására készül, és meg is jelenteti összegyűjtött prédikációinak két vastkos főlíókötetét. Vagy az öreg Arany alkotásaira: éppen 60 éves, amikor margitszigeti sétáin egy nyár alatt teleírja a „kapcsos könyvet” az Őszikék remekeivel, két év múlva pedig még sikerül befejeznie a Toldi-trilógia középső részét. Kazinczy Ferenc 52 éves fejjel állt a nyelvújítási harc élére. Jósika Miklós, a termékeny regényíró élete utolsó öt évében (71 éves korában hunyt el) 28 kötetre való írását adta ki! Tudjuk, hogy Jókai Mór késő öregségéig szigorú napirenddel dolgozott (különben nehezen is lehetett volna létrehozni 100 kötetre menő életművét). 68. évében 5 kötete jelent meg, a következő négy évben újabb 6 műve. A címében is jellemző „Öreg ember nem vén ember” dátuma 1898, és halála évében, 1904-ben még kiadja utolsó kötetét: „Ahol a pénz nem Isten”. 79 évvel ragadta el a halál. Öt-

venéves írói jubileumán az egész ország ünnepelte népszerű íróját. — Horváth János, a nemestollú irodalomtörténész, a magyar irodalmi műveltség kezdeteiről és megoszlásáról szóló alapvető könyveit már 50. életévén túl adta ki. 83 évet élt, és még a halála előtti évben is jelent meg műve. — A történelemben mindenekelőtt a 92 éves korában elhunyt turini remete, Kossuth Lajos juthat eszünkbe. 63 évvel telepedett le ott számkivetésben, és még élénk irodalmi működést fejtett ki. 1867-ben, 65 éves fejjel írta meg az ún. „Cassandra-levelet” Deák politikája ellen, amire az akkor 64 éves Deák Ferenc hazai újságokban válaszolt. A kiegyezés után Deák továbbra is megmaradt képviselőnek és pártvezérnek; 70 éves korában nagy tapsvihar fogadta utolsó felszólalását. Apponyi Albert 87 éves élete során 71 évvel lett másodszor közoktatásügyi miniszter, két év múlva a magyar békeküldöttség vezetője, 1923-tól haláláig(!) Magyarország fődelegátusa a Népszövetségben, annak székhelyén, Genfben halt is meg. — Nobel-díjas biológusunk, Szent-Györgyi Albert ma 80 éves; könyveket ad ki és a békemozgalom aktív harcosa. Kodály Zoltán 79 éves korában írta meg I. szimfóniáját és 85 éves korában bekövetkezett halála előtt egy évvel Magyar miséjét (amit sajnós olyan keveset hallani templomainkban). Dohnányi Ernő 70. évén túl még szintén szimfóniát, hegedűversenyt, kórusműveket írt. A nagy drámai színésznőt, Jászai Marit a színpadról ragadta el a halál 76 éves korában. És ki ne bámulta volna meg az 1893-ban született Honthy Hannát napjainkban a Csárdáskirálynő címszerepében! Zukor Adolf, az Amerikában élő nagy magyar filmrendező pedig 1973. jan. 7-én századik születésnapját töltötte be! — A tíz éve, 74 éves korában elhunyt Sík Sándornak köszönhetjük, ahogyan valaki megfogalmazta, „az öregkor szinte klinikai-lélektani részletességű liráját” mai irodalmunkban, mellette Veres Péter, Illyés Gyula, Weöres Sándor neve jelzi a „nagy öregek” jelenlétét.

De van egy hosszú élet teljesítményeinek más, kisemberek számára is megközelíthető módja is. Belhoute néni, egy párizsi öregasszony, nemrégiben ünnepelte 88. születésnapját, és kevéssel azelőtt kísérté oltár elé utolsó örökbefogadott gyermekét — a hetvennyolcadikat. 57 évig élt együtt a férjével, de négy gyermekük közül hármat elvesztettek. Vigasztalásul 1920-ban vette magához az első árva kisfiút, és aztán egymásután a többi, harmincnyolc éven át. Általában 6—8 éves korukig maradtak gondjaira bízva a kicsik, néha tovább is. Amikor most megkérdezték tőle, szeretne-e száz évig élni, így felelt: „Legkisebb gyermekem házasságával én befejeztem az életemet. Nyugodt vagyok és készen állok.” Ki mondaná ezt az életet kevésbé termékenynek az iménti szellemóriásokénál?

Egyesekben a közeledő öregkor színe előtt az emberségnek teljesen új dimenziói fejlődnek ki, addig szunnyadó csírák, amelyek életük végső éveiben vagy hónapjaiban virágzanak ki. Két szép példáját ábrázolja az öregkor és halál előtti felvirágzásnak Morris West regénye, „Az ördög ügyvédje”, és a nagyszerű japán film: „Ikiru” (Élet).

West regényének középpontjában egy értelmi beállítottságú angol prelátus áll, aki életét az írásztal mellett töltötte valamelyik vatikáni kongregációban. Monsignor Blaise Meredith jó ember, de hideg egyénisége gátolja fejlődését. Bizonyos értelemben egydimenziójú valaki; fegyelmezett, szentviten, ápolt és korrekt. Személyiségéből hiányzik a részvétel és a szeretet, az emberek örömeinek-bánatának, szenvedélyeinek és kínjainak megértése.

Egy napon Monsignor Meredith megtudja, hogy halálra van ítélve. Rákja van, és már csak egy fél éve vagy egy éve lehet hátra. Elküldik egy olasz faluba, mint „az ördög ügyvédjét”, hogy a szenttéavatási eljárás számára kikutassa: valóban hősieen szent életet élt-e — mint a hír tartja — Giacomo Nerone. Innen kezdve a regény gyönyörűen írja le a hideg, kiszáradt, elméleti bürokrata átváltozását meleg, meg-

értő és szerető pappá. Meredith megtanulja azt a mély igazságot, hogy aki nem szereti embertársait, Istent sem szeretheti. Ez az ember, aki egy életen át precíz, tartózkodó és szenvtelen volt, aki elismeri, hogy sohasem szomjazott semmire, most, élete utolsó évében, személyesen belebonyolódik egy apró olasz falucska férfiainak és asszonyainak büszkeségeibe és szenvedéseibe, szerelmeibe és gyarlóságaiba. A regény végén már nem az a fontos, hogy Giacomo Nerone csakugyan szent volt-e és kanonizálni kell-e. Hanem Blaise Meredith ragyogó átváltozása: mielőtt rákjába belehalna, kibontotta saját emberségének gazdagságát, amire azelőtt sohasem eszmélt rá teljesen. Meredith mint száraz pedáns hagyta el Rómát, a könyvtárak porával a szívéen; és úgy hal meg, mint résztvevő, melegszívű és emberséges pap. Az ördög ügyvédjét el kellene olvasnia minden öregedő embernek.

Az „Ikiru” c. filmet 1952-ben alkotta meg Japán vezető filmrendezője, Kurosava, és nem egy kritika minden idők legnagyobb filmjének minősítette. Egy öreg férfi megragadó drámája ez is, aki gyötrelmesen próbál értelmet adni az életének, amikor rájön, hogy rákos és már csak hat hónapig él. Eddigi éveit városi kishivatalnokként töltötte, és most hirtelen tudatára ébred, hogy vékony batyuval távozik az életből. Most, hogy a vég világosan előtte áll, elkezdi keresni az élet értelmét. Betegségétől már elgyöngülve, utolsó fél évében kétségbeesetten igyekszik tenni valamit másokért. Minden megmaradó erejével keresztülerőszakolja egy játszótér tervét a helyi bürokrácia tengernyi akadékoskodása között. A játszótér megépül, és a közelben lakó gyerekek új paradicsomot találnak rajta. Utolsó hat hónapjában a merev öreg bürokratából fokozatosan résztvevő emberi lény lesz, aki őszintén törődik másokkal. Az utolsó jelenet nagyszerű záradékában az új játszótér hintáján látjuk, lassan leng ide-oda, és egy melankolikus éneket dúdol. Itt hal meg. „Ikiru” egy öregedő, halálba menő ember agóniájának és diadalának

mélyen megindító filmje: utolsó ideje hatalmas bizonyossággá válik az életről, a szeretetről és az élet értelméről.

Még egy harmadik mestermű is eszünkbe juthat itt, Hemingway novellája: „Az öreg halász és a tenger”. Az öreg halász már 84 napja nem fogott semmit. Szerencsésebb kollégái kigúnyolják, hűséges fiatal társát is elparancsolják mellőle haszonvágyó szülei. És ekkor, a megaláztatás mélyén bekövetkezik a hirtelen fordulat: a „nagy hal” felbukkanása. Kihagyó lélegzettel követjük nyomon a kisöreg titáni birkózását az óriás zsákmánnyal, a hal elejtését, és a hazautat, amelynek során állandóan és eredménytelenül viaskodik a halat támadó cápákkal. Mire partot ér, a csodálatos halból csak a csontváza marad... És mégis győzött: emberi nagyságát a sors kajánsága csak még jobban kiemeli. Az elbeszélést az egésznek látszólag hűvös, szinte szakszerű objektivitása teszi remekművé, amely csak a végén oldódik fel a fiatal halászinak könnyeiben. Miért ragaszkodik ez a gyerek olyan makacsul az öreghez? Tanulni akar tőle. Mesterfogásokat? Sokkal többet: az egyszerűségnek, az érett emberségnek az iskoláját, amit megérez benne.

Félelem és aggodás

A félelem és aggodás fenyegető réme a legtöbb férfire és nőre ott leselkedik öregkora kezdetén. Félelem a betegségtől és a haláltól, az anyagi biztonság féltése, a barátok egymásutáni elvesztésétől való rettegés, szexuális képességeik körüli kétségek, a társadalmi elszigetelődés és a magány félelme — ilyen félelmek és aggodalmak örlik sok öregedő ember elméjét és szívét. Ha valamelyik aggodalom igazoltnak mutatkozik, az ijesztő láncreakcióra vezethet, és az azelőtt öntudatos öreget gyanakvó, elkínzott félelembugyorra teheti.

Kierkegaard, a teológus és filozófus, különbséget

tesz félelem és aggodalom között. A félelem egy meghatározott, sajátos tárgyra vonatkozik, amely a félelem oka, mondjuk egy kígyóra, vagy betegségre. Az aggodalom viszont határozatlan, sajátos tárgyat nélkülöző kedélyhangulat. Ha ezt a két kifejezést az öregkori élményekre alkalmazzuk, úgy látszik, egyes öregeknek az aggodalom még a félelemnél is kínzóbb probléma. Állandóan az aggódás, kétség és bizonytalanság kedélyállapotában vannak, világos és meghatározott tárgy nélkül. Úgy érzik, létük magváig fenyegeti őket valami:

Félek mindenkitől, beteg
S fáradt vagyok:
Kívánlak így is, meglehet,
De a hitem rég elhagyott.
Hogy minden irtózó gyanakvást
Elcsitíthass, már nem tudok mást:
Mutasd meg a teljes alázat
És áldozat
Örömét...

(Szabó Lőrinc: Semmiért egészen)

A félelem és aggodalom kettősarcú, ambivalens jelenség: mindkettő lehet bénító és romboló hatású, ha uralomra engedjük jutni magunk felett. De lehet üdvös is, ha megfelelő módon szembeszállunk velük és ellenőrzésünk alá kerítjük őket.

A félelem és aggodalom romboló hatását nagy erővel festette le a „Félelemben élek” c. japán film. A háború utáni Japánban egy acéltröszt idős elnökét hirtelen hatalmába keríti az a félelem, hogy országát meg fogják semmisíteni az atombombák. Lassanként teljesen megszállottja lesz ennek a rettegésnek, és próbálja családját is meggyőzni a küszöbön álló szerencsétlenségről. El akarja adni a gyárat és elmenni Délamerikába, de hozzátartozói megakadályozzák. Családja mint alaptalant visszautasítja félelmét, és ellenzi az áttelepülést, mert nem tartja reálisnak. De az öregember annyira átengedi magát

félelmének, hogy végül is felgyújtja a saját gyárát és földig leégeti: ezzel akarja kierőszakolni családjától, hogy elmeneküljön vele. Megindító vallomásban mondja ki indítékát: „Félek, reménytelenül félek, és tehetetlen vagyok félelmemmel szemben. Nem tudok mit tenni, élő pokol lett az életem.”

Ez költészet. De sajnos Dunántúlon megtörtént szomorú valóság a következő: Egy zsidó származású férfi megjárta Auschwitzot, felesége, három gyermeke, rokonsága ott pusztult. Hazatérése után megpróbált új életet kezdeni: ismét megnősült, üzletet alapított. De a múlt lidérces emlékei és a rettegetés, hogy mindez újból megtörténhetik vele, nem hagyták nyugodni. Ha valaki becsöngetett hozzájuk, rémülten rezzent össze. Később már a csizmadobogást, a parancsszavakat is hallani vélte és kétségbeesetten kiáltozta: „Megint jönnek értem! Már itt is vannak! Ne nyiss nekik ajtót!” Felesége értetlenül fogadta, kicsúfolta férje „színészkedését”. A férfi végül egy hallucinációs rohamában 67 éves korában felakasztotta magát a ház padlásán. (Gergely Mihály: Röpirat az öngyilkosságról. Bp. Medicina 1972.)

Azonban az aggodalom vagy félelem pozitív szerepet is játszhat az életben. Felrázhatja az embert letargiájából és arra kényszerítheti, hogy szembenézzen igazi énjével, esetleges és törekény mivoltában, de egyben roppant lehetőségeiben is. Fiatalabb éveiben, amikor jobban ura fizikai erőinek, talán hajlamos túlságosan sajátmagára hagyatkozni és nem veszi észre eléggé, hogy esetleges lény, s végső soron Istentől függ. Az öregkor aggodalmai újra ráébreszthetik igazi helyzetére, ti. arra, hogy mint teremtmény, mint esetleges lény, valóban fenyegető szakadék szélén áll, és csak a folytonos isteni teremtés hatalma őrzi és tartja fönn. Így a félelem és aggodás üdvös élmény lehet az ember számára, felszólítás arra, hogy nézzen szembe az önmagáról szóló igazsággal. Kierkegaard odáig megy, hogy kigúnyolja azokat, akik azzal dicsekszenek: sohasem aggódnak. Szerinte ugyanis ez azt jelenti, hogy még nem értek el az igazi

emberi élet kezdetéig. Mert az aggodás abból származik, hogy az ember ráeszmél szabadságára, így tehát személyi mivoltának természetes kifejeződése. Az aggodalom élményét ennél fogva úgy értelmezhetjük, mint a szabadság gyötrelmét. Kierkegaard a félelem élményében kiemelkedően pozitív folyamatot lát: az embernek szüksége van rá ahhoz, hogy áthágja a mindennapi élet korlátolt érdekkörét és az után nyúljon, ami ezen túl van. Ebben az értelemben mondhatja: a félelem megtanulása olyan kaland, amelyet mindenkinek meg kell kockáztatnia, ha nem akar elveszni, és az, aki megtanult helyesen rettegni, a legfontosabbat tanulta meg.

Kierkegaard, helyeslően idézve Hamannak egy szövegét, úgy írja le a félelmet, mint egy hiány kifejlődését: ez a hiány megóv attól, hogy beleszeressünk a világba. Honvágyat, kényelmetlenséget érzünk, s ez lesz számunkra az a tűz, az a só, amely megőriz a múló idő romlásától. A végzet színe előtti rettegést csak úgy lehet legyőzni, ha Isten szerető gondviselésére bízunk magunkat; és a bűn miatti félelmen csak azzal lehet felülkerekedni, ha megnyugszunk a megváltásban.

A modern irodalom is gyakran festi az aggodalmat megmentő élménynek. Kierkegaard inkább száraz elméleti fejtegetésének tárgya élénk, drámai leírást kapott Gertrud von Le Fort és Georges Bernanos írói munkáiban. Le Fort „Utolsó a vérpadon” c. kisregényében a félénk kármelita-jelölt, Blanche képét festi meg a francia forradalom idejéből. Apácatársainak erős önbizalma a fenyegető vértanúság láttán éles ellentétben áll a fiatal novicia bizonytalanságával. De saját gyöngeségének és aggodalmának megtapasztalása fokozatosan eljuttatja mélyebb alázatosságra és Isten gondviselésébe vetett bizalomra. A gyöngeségből kiemelkedik Isten kegyelmének hatalma és ereje: önként követi társnőit a halálba. Bernanos színpadra dolgozta át Le Fort kisregényét (Kármelita dialóg). Kulcsgondolatát jól fejezi ki a német fordítás szerencsés címe: „Die

begnadete Angst“, az áldott aggodalom. A címnek ezeket a szavait úgy tekinthetjük, mint az aggodalom keresztény értelmezésének legrövidebb foglalatát.

Ne nyugtalankodj!

A nyugtalankodás mintha sok öregedő ember „passziója” lenne. Bántja őket a múlt, gyötri a jelen, és persze rengeteget nyugtalankodnak a jövő miatt. Sok jó keresztény is mintha nem venné észre, hogy hitük segíthetne megszabadítani őket sok szükségtelen nyugtalanságtól, amely jelenleg fölöslegesen megnehezíti az életüket. Egyszer megkérdeztem egy idősebb japán konvertitát: a kereszténység melyik oldala vonzotta különösen a hit felé vezető útján. Habozás nélkül a Hegyibeszédnek ezt a szakaszát nevezte meg: „Ne aggódjatok életetekről, hogy mit egyetek, vagy mit igyatok, vagy hogyan ruházkodjatok” (Mt 6,25-33). És hozzátette: „Életemben igen sok időt töltöttem azzal, hogy tépelődtem mindenfélén. Sohasem tudtam igazán nyugodt és boldog lenni, mert mindig nyugtalanított valami: a munkám, az egészségem, a gyermekeim, a jövőm, a megöregedésem. Aztán egyszer olvastam a Hegyibeszéd szakaszát Isten gondviseléséről, aki még az ég madaraival és a mezők liliomaival is törődik. Akkor egyszerre csupa béke lett a lelkem, megszabadultam minden aggodalmamtól és félelmemtől, mert tudtam, hogy Isten velem is törődik. Rájöttem, hogy minden nyugtalankodásommal csak nyomorúságossá tettem az életemet.” A magyar költő ezt így fogalmazza:

Gyermekszívvel, öntudatlan
Nyugszom meg a gondolatban,
Hogy övéit el nem hagyja,
Ki mindnyájunk édesatyja.

(Arany János: Itthon)

Nem nyugtalankodunk-e mindannyian túlságosan sokat, túl sok dolog miatt — és főleg olyasmi miatt,

amiért nem érdemes —, ahelyett, hogy Istenben bíznánk? A bencés Dom Casel mondta: „Minden ember olyan az Isten kezén, mintha ő volna az Isten egyedüli gondja.” Krisztus azt akarja, hogy örvendő keresztények legyünk, nem pedig orrlógató emberek, akik problémázva, gondterhelten járkálnak. És azt is megmutatja nekünk, hogyan szabaduljunk meg a gyötrelmekről, a bosszúságokról. A szabadító hatalom: maga Jézus Krisztus. „Jöjjetek hozzám mindnyájan, akik fáradtok és terhelve vagytok, és én megnyihítelek titeket. Vegyétek magatokra az én igámat és tanuljatok tőlem, mert szelid vagyok és alázatos szívű, és nyugalmat találtok lelketeknek“ (Mt 11,28-29). Szent Péter mélyen megértette Isten gondviselő gondoskodásának és Krisztus szabadító hatalmának eszméjét, amikor így írt: „Minden gondotokat őreá vessétek, mert neki gondja van rátok” (1Pét 5,7). Hitben, bizalomban, reményben és Krisztussal való szoros egységben megtapasztalhatjuk, hogyan segít ő hordozni terheinket és hogyan szabadít meg gondjainktól.

Nemvárt meglepetések

Öregedő embereket gyakran sodor válságba váratlan események hirtelen bekövetkezése. Nincsenek fölkészülve fogadásukra, következésképpen gyakran elkeserednek a balszerencsén, sőt néha soha többet nem képesek fölébe emelkedni csalódásuknak. Hátralevő életükben mindenkinek csak azt magyarázzák — ha hajlandó meghallgatni őket —, milyen rettenetes igazságtalanság történt velük. És néha magát a mindenható Istent teszik bűnbakká betegségük, vagy balszerencséjük miatt.

Nem is okvetlenül nagy dolgokról, igazi sorscsapásokról van itt szó. De nincs korosodó ember, aki meg ne tapasztalná azokat az apró, kínos meglepetéseket, amelyekkel tárgyi környezetük és saját testük szolgál:

Nem fog a fog, nem vág a kés,
Táncol a toll, reszket a kéz,
Szűk lesz a gomblyuk, kövér lesz a gomb,
Öltözködés, vetkőzés csupa gond.
A dunna meleg, de hideg a paplan,
Takarva nem jó, hát még takaratlan!

Az ember megtapasztalja, hogy „régí magához képest furcsa árnyék” lett, és „hovatovább csoszogva jár a fej is, mint a láb”:

... egy szép nyakleves,
Melyet a vénség mindennap szerez:
Elfeledett név, elejtett karóra,
Morcos viszonzás jóhíszemű szóra,
Álmatlan éjjel, roppanó derék,
Hol eggyel több, hol kevesebb kerék,
Egy szép szó mellé kilenc kellemetlen,
Egyszer a test nyög, másszor meg a lelkem:
Mindez egyet mond, mint versben a refrén,
Ember vagy, vén vagy, fejedén a törvény.
(Sík Sándor: Dörmögés)

Egy hosszú élet során azonban bőven adódhatnak olyan események is, amelyeket a köznyelv „tragikus”-nak emleget. Milyen szomorú például, ha az öregedő szülő gyermeke sírjánál áll! Egy hetvenéves pesti asszony egy éven belül két lányát temette el. Attól való rettegésében, hogy a harmadik is meghalhat, öngyilkos lett. — Georges Bernanos „Egy falusi plébános naplója” c. könyvében remekművű képet fest egy asszonyról, aki keserűen lázad Isten ellen fiának teljesen váratlan halála miatt. A plébánosával folytatott megrendítő párbeszédben a grófnő nyíltan beismeri, hogy sohasem bocsátott meg Istennek, amért elvette tőle a fiát. Keserűségében gyűlöli őt, hiszen ő a felelős fia elvesztéséért. Mérgezett szívével elidegeníti magától saját leányát, és az öngyilkosság szélére juttatja. A pap részvétellel nézi a meggyötört asszony kínlódását és nyugodtan elmagyarázza neki:

rázhatja az öklét Isten felé, arcába köphet, megostorozhatja, és végül keresztre is feszítheti, de semmi reális jelentősége nem lenne az egésznek, hiszen mindez már megtörtént vele. A halál révén a grófnő végre rájön: „A pokol az, ha nem szeretünk többé”. Keserűségében és gyűlöletében elszigetelte magát Istentől és így poklot teremtett magának a földön. De még az ő számára is a könyv felejthetetlen zárószavai adják meg a végső feleletet: „Minden kegyelem!” Az isteni kegyelem végre is keresztültör megkeseredett szívének kemény kérgén, és újra felszítja a szeretet paraszát a hamu alól.

Kórházakban gyakran hallja az ember öregektől: Mivel érdemelt meg ezt? — Az ilyenek úgylátszik azt hiszik, hogy Isten valami elmúlt bűnükért bünteti őket. De az újszövetségi kinyilatkoztatásból bizonyosan tudjuk, hogy a mi Istenünk nem bosszúálló Isten. Krisztus többet szenvedett mindenki másnál, már pedig ő bizonyára nem „érdemelte meg”. Melyik asszony ment át több keserves viszontagságon, mint Miasszonyunk? Pedig hát semmi olyat nem tett, amivel „megérdemelte” volna. A legnagyobb földi szenvedéseket önként, szeretből vállalták.

Sok-sok öreg elbeszélését hallgattam már végig: hogyan hagyta őket cserben az Isten, vagy embertársaik. Nem tudom, nem közelednek-e ezek alapvető félreértésekkel és helytelen magatartással öregkoruk felé. Istenről alkotott képük túlságosan emberi. Mintha azt hinnék, hogy hitük afféle nyugdíjbiztosítás: rendesen eljárak a vasárnapi misére, dobok a perselybe, elmondom a napi imámat, ennek ellenében viszont a jó Isten is tartozik megtenni a magáét és gondoskodni arról, hogy minden jól menjen, és életünk vége párnázott tengelyeken gördülő gyöngy-élet legyen.

A valóságban persze az élet nem ilyennek bizonyul. Olyan emberekkel, akik életük korábbi részében nagyon igyekeztek szolgálni Istent, mintha éppen méginkább előfordulna, hogy későbbi éveikben váratlan problémákba ütköznek. Ezt mutatja Jób története

is. A helyes magatartás és megfelelő előkészület — amennyiben egyáltalában megfelelően felkészülhetünk az ilyesmire — : erős hit abban, hogy Isten föltétlen Úr, és valóban jobban tudja saját magunknál, mi nekünk a legjobb.

Sok évszázaddal ezelőtt ment végbe egy örökérvényű esemény: Isten kiszólitotta szülőhazájából Ábrahámot, a még bizonytalan jövőbe. Ábrahám már idősebb ember volt a hívás idején. „Az Úr így szólt Ábrahámhoz: Hagyd el országot, családot és atyád házáat a földért, amelyet majd én mutatok neked... Ábrahám tehát elindult, amint az Úr mondta neki... Ábrahám 75 éves volt, amikor elhagyta Háránt és elindult Kánaán földje felé...” (Ter 12,1-5) Ábrahám életében is Isten volt a föltétlen úr, az ő akarata volt a döntő, akkor is, ha a pátriárka nagyobb horderejű elhatározás előtt állt. És Isten nagy dolgokat kívánt Ábrahámtól, amint ma is sok embertől. Öregkorában váratlan módon, nehéz úton vezette hitének megérlelése és beteljesítése felé.

Sok öreg talán azt mondja erre, hogy ő sohasem érezte igazán Isten bizalmas közellétét, még kevésbé szólt valaha is hozzá, úgy mint Ábrahámhoz. De Ábrahám már nagyon öreg volt, amikor Isten elhívta élete igazi művére. Megkapó párhuzama ennek az újkorban a piarista tanítórend alapítójának, Kalazanci Szent Józsefnek élettörténete. Buzgó pap volt fiatalabb éveiben is. De mindig érezte, hogy ez még „nem az igazi”. És ő tudott várni és Isten akaratát keresni. Hatvanéves fejjel fedezte föl aztán igazi hivatását a Róma utcáin szaladgáló szegény gyerekek oktatásában. Isten bőven adott még neki időt művének megalapozására: 91 éves korában halt meg.

Ha az öregeknek elég türelmük van ahhoz, hogy egyre inkább hitből éljenek és nyitottak maradjanak Isten felé, akkor életük sok pillanatában vagy helyzetében fölismerik majd az ő hívását, amire azelőtt süketek voltak. És Isten néha nagyon nehéz dolgokat kíván tőlük. Meglesz-e bennük Ábrahám hite és bátorsága?

A szenvedés küzdőterén

Az öregkor páratlan alkalmat kínál az embernek, hogy mélyebben osztozzék Krisztus halálában és feltámadásában. Az öregedő ember erősebben ráébred arra, ami bizonyos értelemben minden kereszténynek hivatása egész életén át: hogy részt kell vennie Krisztus passiójában, megváltó szenvedésében, de tanúskodnia kell feltámadásáról és dicsőségéről is, és abban is osztoznia. Az öregkor bajaiban újféléképpen tapasztaljuk meg Krisztus szavainak jelentőségét: „Hacsak a búzaszem a földbe nem esik és meg nem hal, egyedül marad; de ha meghal, sok gyümölcsöt hoz” (Jn 12,24).

Hívó embernek éppen olyan kínos és valóságos az öregkori szenvedések keserves gyötrelme, mint bárki másnak. De ő tudja, hogy Krisztus sohasem ígért paradicsomot a földön. Ellenkezőleg, előre figyelmeztette Pétert, mi történik vele öregkorában: „Bizony, bizony mondom neked, míg fiatal voltál, felövezted magad és odamentél, ahová akartál; de ha megöregszel, kiterjeszted kezed és más övez fel téged, és odavisz, ahová nem akarsz” (Jn 21,18). Sok öregedő férfi és nő tapasztalja meg kínosan idős korában, hogy nem tud odamenni, ahová szeretne, és hogy oda kell mennie, ahová „nem akar”. De vajon hányan felelnek rá úgy, mint XXIII. János pápa naplójából látjuk, mikor kedvesen úgy találja, hogy betöltött 80. életével „már a küszöbén áll”(!) az öregségnek? „Készen kell tehát lennem életem ezen utolsó szakaszára, amelyben a testi élet feláldozásáig és az örök élet nyitányáig korlátozások és áldozatok várnak rám. Ó Jézusom, íme kész vagyok kitárni már remegő és gyenge kezeimet, hogy más övezzon fel és más vezessen az úton. Uram, te azt mondtad Péternek: „Odamész, ahová nem akarsz”. — Ó, annyi kegyelem után, amellyel hosszú életemben elhalmoztál, nincs olyan, amire ne vállalkoznám. Jézus, te mutattad meg nekem az utat, „követlek, téged, bárhová még” (Mt 8,19): az áldozatba, a lemondásba és a halálba.”

Persze nem könnyű az öregkorban különösen sokat rúgódozó „szamár testvérrel” (Assisi Sz. Ferenc hívta így a testét) békességben maradni. Arany János így sóhajt fel, mikor öreg napjaira kitüntetést kap: „Ha én egy jót alhatnám — Száz keresztért nem adnám.” A „Szamár és cinege” c. Sík-vers panaszát sok öreg fogja magáénak érezni:

Ma ballábam eszi a köszvény,
Tegnap a jobbikat,
Tegnap a gyomrom járta bolondját,
Ma meg a májam dagad.
Majd szétveti fejem a fájás,
Csontig hasít a derekam:
Csoda-e, ha az emberekre
Rávicсорítom a fogam?
Száz éve már, hogy nem aludtam,
Hogy enni nem tudok,
Hogy hm-hm-nél nem mondanak mást
A tudós doktorok.
Az imádság is, mondd, mit érhet,
Ha már idáig valaki!

A „cinege” (az emberben élő magasabb, mondjuk a lélek) aztán megmagyarázza a szamár testvérnek, hogy ne legyen „olyan csacsi”:

Hússzal, hetvennel, százszal is tán
Csak emberek leszünk.
Egy pósta küldi mind a százat,
És egyet akar mindahány,
Szamár testvér, föl a fülekkel,
Légy optimista, légy vidám!

Így marad igazán ember az ember a bajok között is. És akkor „beillenék akár imának Ha egy ütemre muzsikálnak A szamár meg a cinege.”

Öregedő férfiak és nők időnként megtapasztalják a teljes vigasztalanság gyötrő szenvedését is. Még Isten gondviselésének gondolata sem ad

nekik érzelmi vigaszt, mert Isten mintha hallgatásba zárkoznék. „Ha imádkozom, úgy tűnik, mintha minden szavam sötét mélységbe zuhanna. Semmi visszhang nem érkezik, amely jelezné, hogy imám szíved talajára talált. Csak akkor tudom magamat elviselni, ha megfeledekzem magamról és feléd irányítom életemet. De hogyan lehetek erre képes, ha nem mutatod meg magadat, ha olyan távol maradsz tőlem? Miért hallgatsz tehát? Miért kívánod tőlem, hogy szóljak hozzád, ha az a benyomásom, hogy nem hallgatsz rám? Hallgatásod nem annak a jele-e, hogy nem figyelsz reám?

Vagy mégis? Vajon éppen azért hallgatsz, mert csendben hallgatózva figyelsz, amíg csak valóban kész nem vagyok, hogy aztán a te Igédet közöld velem: örökkévalóságod szavát. És végre-valahára egy szegény embernek az evilág nyomasztó sötétjében egy életen át elmondott monológját az örök élet fénylő Igéjével berekesszed, amelyben magadat akarod szívemmel közölni?

Szereteted azért burkolódzott hallgatásod csendjébe, hogy szeretetem hitem révén láthatóbbá váljék. Azért hagytál el engem, hogy megtaláljalak. Mert ha nálam lennél, csak önmagamra bukkannék, amikor téged kereslek. Ki kell lépnem önmagamból, hogy megtalálhassalak téged. Benned való hitem nem más, mint az a sötét út az éjszakában, amely életem elhagyatott kis, gyéren megvilágított szobácskájú házától örök életed fényéhez vezet.” (Karl Rahner: Szólok a hallgatótag Istenhez.)

Hány vértanú kitartott mindhalálig, még Isten látszólagos „hallgatásával” szemben is, a beléje vetett hitben!

Sok öregedő ember számára eljön az idő, amikor a magány vagy a testi szenvedés csakugyan elkerülhetetlenné válik. New York-i kórházkáplánságom idején gyakran találkoztam ilyen betegekkel. Megindító látvány volt az a hősieb bátorság, amellyel elviselték az elviselhetetlennek tűnőt. Az ilyen emberek egyik fontos ösztönzője és erőforrása az a hit, hogy a

szenvedésnek — ha készséggel fogadják és elviselik Krisztus szenvedésével egyesülve — megváltó hatalma lehet mások üdvözítésére. Szent Pálnak ez az eszméje roppant segítséget jelenthet az öreg és szenvedő embernek. Ha szerető törődéssel másokra irányítjuk figyelmünket, az talán a legjobb módja a saját nyomorúságunkon való fölülemelkedésnek. (Amint hogy ez a legjobb gyógyszere annak a sokszor hipochondriába hajló aggodalomnak is, amellyel sok öreg sajátmagát figyeli. Eötvös regényéről, „A falu jegyzője”-ről mondta Deák: a vármegyei élet ábrázolásában hasonlít az állatorvosi könyvek címlapjára, ahol egy ló minden egyes tagjához egy-egy betegség van odaírva. A valóságban persze nincs ilyen minden részében beteg ló. Ilyenforma képzelődésbe süllyed sok korosabb ember is, holott éppen elég lenne azzal megbirkózni, ami csakugyan van.)

Sohasem felejték el egy estét New York egyik kórházában. Egy rákbeteg öreg hölgy magyarázta el nekem, mit jelent számára Szent Pál következő két mondata: „Ha szenvedünk, az a ti üdvösségetekre szolgál” (2Kor 1,6) és „Most örömmel szenvedek értetek” (Kol 1,24). „Az Írásnak ez a két helye — mondta — mélységes értelmet ad betegségemnek. Felajánlhatom szenvedéseimet másokért, és így segíthetem őket az üdvösség megszerzésében. Ide vagyok szögezve a kórházi ágyhoz, de mégis segíthetek másoknak, hogy eljussanak a hitre és élvezhessék azt a reményt és örömet, amelyet Jézus Krisztus a benne hívőkre áraszt. Ugyanakkor pedig az a lassú haldoklás, amelyre betegségem kárhoztat, könnyebbé vált, mióta értelmet kezdtem látni a szenvedésben.”

Az öregkori szenvedés élménye akkor kapja meg legmélyebb jelentőségét, ha úgy látják, úgy fogadják el, mint részvételt a Getszemániban gyötrődő és a kereszten függő Krisztus agóniájában. A keresztény egész életén át a Mester nyomában jár, de soknak csak öregkorára jut oszálrészül, hogy egészen osztozzék Krisztus utolsó földi napjának kínszenvedésében. „Nyiss hát ablakot, ha zörget, a kinnak, Mert angyal

ő s angyalnyelven beszél, Füledbe súgja: Én vagyok, ne félj!” (Sík Sándor: Vendégek)

Krisztus olyan mértékig megízlelte a magány keserűségét és a küszöbön álló szenvedés félelmét a Getszemániban, hogy felkiáltott: „Atyám, ha lehetséges, múljék el tőlem ez a pohár!” (Mt 26,39) Sz. Lukács, az orvos szemével, hozzátesz egy megfigyelést, amely megmutatja Krisztus gyötrődésének teljes mélységét: „Halálfélelmében még buzgóbban imádkozott, és verejtéke a földre hullt, mint nagy vércseppek” (22,24). És azután a gyötrelmes szavak a kereszten: „Én Istenem, én Istenem, miért hagytál el engem?” (Mt 27,46) Szenvedésének és halálának kinjaiban Krisztus a végsőig menően megtapasztalja az emberi természet gyarlóságát és függőségét. De mindezen átsüt Isten fényessége és fölsége is: „Mindazonáltal ne az én akaratom legyen, hanem a tiéd” (Mt 26,39), és: „Atyám, kezedbe ajánlom lelkemet” (Lk 23,46).

A szenvedés élményében az öregedő embernek nagyszerű alkalom kínálkozik, hogy jobban megértse Krisztus félelmét és szenvedését, résztvegyen utolsó földi napjainak sorsában, és előízét kapja a feltámadásnak és az eljövendő örök életnek.

Éppen ennek a fejezetnek az írása közben kaptam egy levelet, amelyben édesanyja haláláról számol be valaki: „Rengeteget szenvedett: hátgerinctörése volt (összeroppan az öregségtől: 88 éves volt), de kora miatt nem tudták gipszbe tenni. Szellemileg, lelkileg bámulatosan fiatal maradt. A végső titokzatos megpróbáltatásoktól nem volt megkímélve. De az Ő kegyelmével, hittel, bizalommal, hősies szeretettel, élt’ — és él.”

Akármilyen valóságos is a keresztény ember öregkori agóniája, ő tudja, hogy szoros kapcsolat van szenvedés és dicsőség, passió és feltámadás között. Szent Péter így fogalmazta meg ezt: „Most nektek van mondanivalóm, idősebbek (presbiterek): én magam is ,idősebb’ vagyok és Krisztus szenvedésének tanúja, s egyszer majd veletek együtt az ő nyilvánva-

lővő váló dicsőségének részese" (1Pét 5,1). Végző soron az öregedő keresztény tudja, hogy az öregkor nem vég, hanem kezdet, és a halál homályán túl ott dereng a soha véget nem érő élet hajnala:

Tavaszi szél vizet áraszt, virágom, virágom,
De a nyári szívet bágyaszt, virágom, virágom.
Őszi szellő szőlőt érlel, virágom, virágom,
De hát akit téli szél ver, virágom, virágom!
Azzal is majd szembenézünk, virágom, virágom,
Abból is hadd legyen részünk, virágom, virágom;
Csak egy helyről küldik mindet, virágom, virágom,
Nagyon várnak oda minket, virágom, virágom.
(Sík Sándor)

Aranyos alkonyat

Az örömnél és boldogságnál az élet korábbi szakaszára jellemző bizonyos formái és kifejezései öregkorban már nem olyan vonzóak, mások egyáltalán nem is hozzáférhetők többé. Például a testet erősen igénybevevő sportok, az utazás és ifjúkori szerelem varázsa fiatalabb években a boldogság és az öröm forrásai; a legtöbb öregnek már csak emlék. Szerencsétlen dolog lenne, ha az öregedő ember egyre az öröm olyan formáiról álmodoznék, amelyek most már nem neki valóak. Az élet folyamán fokozatosan érzéket kell kifejlesztenünk az örömdús élmények új típusai iránt. Az ember öröme van teremtvén, és ha egészen ember akar lenni, akkor örömeélményre van szüksége. Sok öregedő ember szükségtelenül nehezíti életét, mert vak arra a sok jóra, amelyet Isten életének ebben a szakaszában kínál fel neki, azokra az élményekre, amelyeket élveznie kellene.

Az öreg életében is van napsütés. Az őszi nap nem olyan heves, de feladata a gyümölcsök megérlelésében sajátos és pótolhatatlan. Zamatot ad a megrakott szőlőtőkék fürtjeinek, még egyszer átvilágít az erdő fái között. A napsütés is hozzátartozik az őszhöz, nem-

csak az eső és a ködfátyol. Az öregkor sok jaját-baját csak úgy lehet elviselni, ha örömeit sem vesszük látatlanra. Ez önnevelés dolga. Jó annak, aki már eddigi élete során erre szoktatta magát, és mestere lett a „kis örömök művészeté”-nek. Az ilyennek nem lesz nehéz öregségében is meglátni az élet világos oldalait:

Itt az idő, Uram. Nagy volt a nyár.
A napórákra árnyékod bocsássad
s a szeleket ereszd a földre már.
Parancsold: a gyümölcsök érjenek be,
adj még két délies napot nekik,
add, hogy beteljesedjék mindenik
s a mézet gyűjtsd a dús szőlőszemekbe.

(Rainer Maria Rilke: Őszi nap. Ford. Komlós Aladár)

Az öregkor elsősorban a hála ideje egy élet betakarított terméséért, sok szépségéért, szenvedéséért — és ez már maga is mély öröm. Ez jut sokszor megkapó kifejezésre a különböző jubileumokban. Környezetüknek segíteni kellene, hogy találékony szeretettel minél szebbé tegyék ezeket. Ahogyan tette ezt például annak a székelyföldi aranylakodalmas házaspárnak 33 tagot számláló „szűkebb” családja, akik a szélrózsa minden irányából egybegyülekeztek a nagy alkalomra, és mindenki igyekezett a maga módján hozzájárulni az ünnep fényéhez: „tányérokat mostunk, asztalterítőket csereberéltünk, székeket rakosgattunk ide-oda, evőkészletek hiányzó darabjait keresgéltük és igyekeztünk útban nem lenni azoknak, akik a csodálatos szagú ételeket főzték, vagy az ünnepi torták tésztáit, krémjét kavarták, kenték, s az összeállítás után fennmaradó tésztavégeket jótékony kézzel osztották ki a lábatlankodó apróságok között. Ezek a jó bánásmódra egyébként is rászorultak, mivel mindenkinek komoly feladata volt, verset kellett betanulnia, beszerzőkörutakat végezni, névjegyeket megírni s minden más, gyerekeMBER által is

elvégezhető munkát vállalni.” Az ünnepi ebéden nagyapót abba a „történelmi karosszékbe” ültetik, amelyet mint kezdő mesterember sajátmaga faragott, s azóta is kedvenc ülőhelye maradt.

Arany János nemes lelke még arra is megtanít bennünket, hogyan szöheti át az öregember hálával a keserves megpróbáltatást is. A Vakságomban c. töredék ezt mondja: „Köszönöm, óh Isten, köszönöm azt neked, Hogy hatvan évemig láthattam remeked, Ezt a szép világot...”

Egyre mélyülő öröme az öregkornak: maga az élet ajándéka. Fokozódó veszélyeztetettségében, fájdalomtól és kellemetlenségektől kikezdve annál jobban megbecsüli tulajdonosa. „Tudom, hogy minden óra szép ajándék.” Tamási Áron egyik novellája a háború utáni újrakezdés háttérével bájosan festi le ezt. Az író fölkeresi két régenlátott öreg földijét, Lenge Márton bácsit és feleségét. Az öregasszony a kamra és pince rejtegetett „kincseiből” ünnepi ebédet készít:

„Zsuzsi néni elment a paranccsal, az öreg pedig olyan vidám lett egyszerre, mintha csupán egy vak tyúk hiányzott volna eddig is ahhoz, hogy egészen boldog lehessen. Engemet édes öcsémnek szólított, s kakasoltárnak nevezte azt az óriási pléhdarabot, amit közös erővel végre elhúztunk az útból. Utána megtisztogattuk az udvart, ácsoltuk a kerítést, s tataroztuk a házat. Még az ajtót is bizonyosan megcsináltuk volna a házra, ha Zsuzsi néni nem jelenti, hogy készen van az ünnepi ebéd.

— Ilyen hamar? — csodálkozott az öreg.

— Hamar? Hiszen már szürkül! — mondta Zsuzsi néni.

Csakugyan esteledett már. De hát az öröm hátán hamar fut az idő, mert nagy hatalom az öröm. S ezzel a nagy hatalommal az arcunkon, mi is úgy ültünk oda az asztal mellé.

Nagy élvezettel ettünk, szinte áhítatban.

— Csak borunk nincs — mondta egyszer az öreg.

— Az nincs — szólt az asszony.

De a vízből mindegyre töltött az öreg, s olyanformán itta, mint a bort. A kedve is jobb lett minden pohár után, majd az arca egészen kigyúlt, s csillogni kezdett a szeme. S aztán énekelt is egyet.

— Hallja, maga részeg lett! — mondta nevetve Zsuzsi néni.

— Én igen! — szólt legényesen az öreg.

— S mitől?

— Én attól — mondta az öreg —, hogy élünk!

Egyszerre komolyak lettünk, mint a fák, melyekben az új rügyek már duzzadoztak.”

(Ének és rügy)

De megvannak az öregségnek a maga sajátos örömei is — és mindenkinek a maga módján kell fölfedeznie ezeket. Van, akinek ez az unokák alakjában jön el, azok adnak neki gyönyörűséget és elégtételt. Mások talán új érdeklődéssel fordulnak a művészet, zene és irodalom felé, vagy újfajta gyönyörűséget találnak Isten teremtésének gyönyörű pompájában. Hadd jegyezzük itt meg, milyen fontos az éneklés — ha talán már csak öreges dudorászás is — a kedély ápolására. Kodály Zoltán mondta: „Milyen más kapcsolat az a zenével, ha valakinek a saját testében szólal meg a zene!” És Csanád Béla megvallja egyhelyütt, hogy gyermekkorából egy életre magával vitte azoknak a szenténekeknek emléket, amelyeket édesanyja már javában énekelgetett a konyhában szorgoskodva, mikor ő fölébredt. — Egészséges önérzet az élet teljesítményei miatt sok nyugalomba vonult férfinak és asszonynak nyújtja az elégtétel érzését. Egyre több öreg merít nagy hasznot azokból a bibliaórákból, amelyeket számos plébánia szervez a felnőtteknek szóló művelődési program keretében. A Szentírás rendszeres olvasása közben sokan olyan mélységig hatolnak az „örömhír” megértésébe, mint azelőtt soha. Hiszen az „evangélium” szó ezt jelenti. Aki tehát az evangéliumokat örömtelenül olvassa, az nem abban a szellemben olvassa, amelyben íródtak.

Az öregedő embernek mindenáron örömét kell lelnie abban, hogy rendelkezésre áll másoknak, anélkül, hogy terhükre lenne. Meg lesz lepve, mennyi örömet találhat az ember abban az egyszerű igyekezetben, hogy kedves legyen másokhoz és szolgálatára álljon azoknak, akiknek szükségük van rá. Sok embernek az a legtöbb, ha van, aki meghallgatja — és az öreg ember igazán ráér erre. Csak az kell, hogy ne maga bajáról tartsa szóval. Az idősebb ember érzékenyebb arra, ha kedvesek hozzá, és jobban megbecsüli ezt; tehát éppígy érzékenyebb tud lenni mások szükségéi iránt is, és új gyönyörűséget talál abban, ha személyes figyelmet és szeretetet tanúsít irántuk. Vörösmarty Mihály gyönyörű versben énekelte meg özvegy édesanyját, aki még az imakönyvét is kétfelé osztotta, hogy szomszédasszonya kérését kielégíthesse; és „Most a két jó öregasszony, Hogy semmi jót ne mulasszon, Fél könyvből, de nem fél szívvel Imádkozik este, reggel” (A szegény asszony könyve).

Legyünk örvendező keresztények — ezt kívánja tőlünk az Isten. Az újszövetség gyakori olvasásából ez az egyik fő benyomás. Isten mindent megtesz, ami csak hatalmában áll, hogy belénk árássza mély, végtelen örömét. Krisztus ismételten rámutat mennyei Atyjának gondviselésére, hogy követőiből elűzzön minden aggodalmat és félelmet. Biztat, hogy ne nyugtalankodjunk sokat, és főleg azért ne, amiért nem kellene.

Mert van a világnak atyja,
Van egy hű gondviselője,
Minden ember megláthatja,
Aki el nem fordul tőle.

Csak ne légyünk türelmetlenek!
Néki sok a gyermeke.
Ne kívánjuk, hogy minket tegyen
Mindeneknek elibe.

Itt a törvény: „várj sorodra”,
És nem vársz hiába;
Mint a nap a föld körül, úgy
Vándorol jósága.

S nincsen akit elkerülne,
Ha ma nem jött, eljön holnap . . .
Míg az ember boldog nem volt,
Addig meg nem halhat.

S a boldogság sose késő,
És ez oly bűvszer, mitül
Essék csak egy csepp beléje —
Egy tenger megédesül.

(Petőfi Sándor: Bolond Istók)

Jézus még szenvedése előestéjén, fenyegető halála küszöbén is azt hangoztatta, hogy a keresztény életnek örvendezőnek kell lennie: „Ezeket mondtam nektek, hogy örömöm legyen bennetek, és hogy a ti örömetek teljes legyen” (Jn 15,11). Szent Pál, Mesterének hiteles tolmácsa, újra meg újra mondja, hogy a keresztény hit örömhírről szóló örvendetes üzenet. Pál számára az öröm annak a jele, hogy valaki igazán hisz; az öröm a Szentlélek gyümölcse. „Örüljete az Úrban mindig; ismét mondom, örüljete” (Fil 4,4). — Azt gondolhatná valaki: az a Pál, aki ennyit ír örömről és örvendezésről, bizonyára kényelmes biztonságra élt, messze a mindennapok gondjától-bajától. Pedig Páltól nem volt idegen az emberi szenvedés. Ismerte az üldöztetés kemény valóságát. Az Úrban való örvendezésről szóló szavak nem zöld fa árnyékában íródtak ragyogó római tavaszi reggelen, vagy kényelmes otthonban az íróasztal mellett, hanem abban a komor börtöncellában, ahol az öregedő apostol („én, az öreg Pál”, ahogyan Filemonnak írja) ítéletét várta (Fil 1,12-16). Pál mélyen megértette, micsoda Krisztus központi üzenete, így aztán képes írni arról a gyönyörű keresztény paradoxonról, hogy a hitben a lélek tele van örömmel,

még a magány, a szenvedés, a kín kellős közepén is.

Amikor az öregedő ember kitárul az élet örömeinek és él belőlük, ezzel a megváltást fogadja el, az teljesül be rajta. Az öröm esti napfényében érik meg a keresztény az örök életre. „A nap is legszebb naplementekor” (Sík: Kérdések felelet nélkül).

Persze az öregkor örömeinek „tónusa”, színezete különbözik az ifjúkor egészséges harsogásától, vagy az élet delének áradó energiájától. A költő hasonlatával: „lila mosoly, rózsaszínű árnyék”. Higgadtabb, halkabb, de egyben érettebb és átfogóbb is: „Most ami öröm, szép is, szomorú is, S könnyei között mosolyog a bú is.” (Sík: Dáliák.) „Mosoly könnyek között”: elérkeztünk az öregkor egyik legfőbb lélektani tartóoszlopához, a h u m o r h o z. Az igazi mély humor sok-sok bölcs érettséget és erőt tételez fel, — nem csoda, ha többnyire öregkorban virul ki egészen, persze azokban, akiktől azelőtt sem volt idegen. János pápa reggeli imájában mindennap „egy szikrányi humorért” könyörgött magának. Hogy nem hiába, arról a közkezen forgó kötetnyi anekdotagyűjtemények tanúskodnak személyével kapcsolatban. Gondoljunk pl. arra a kis epizódra, amikor kíséret nélkül beállít az egyik római kórházba, hogy egy beteg prelátusát meglátogassa. A kővé dermedő portás nővért így vigasztalja: „Ne féljen, kedves nővér, hívja csak a tisztelendő anyát, hisz én csak a pápa vagyok!” Vagy mikor álmában is egy nehéz problémával viaskodik: „Ezt meg kell beszélnem a pápával!” De arra ébred, hogy „hiszen a pápa én vagyok! — Ej, hát akkor a jó Istennel fogom megbeszélni!”

„Humor az, mikor az ember mindennek ellenére nevet” (Boros László). A nagy magyar egyházatya, Pázmány Péter, egyik levelében felsorolja nyavalyáit, s ilyen „receptet” íratna magának: „Recipe pillulas tres, pro sene 68 annorum, ut viginti annis junior fiat.” (Végy 3 pirulát egy 68 éves öregembernek, hogy húsz évvel megfiatalodjék.) És utána veti: „Valamit kíván a patikáros, megfizetem.” A levél kelte: 1637 március 11 — nyolc nappal halála előtt! Amin kisem-

berek és nagy elmék századokon át sírtak, sóhajtoztak: az elmúlás fenyegető réme, az élethez való ösztönös ragaszkodás sikolya — Pázmánynál ennyi: „Valamit kíván a patikáros, megfizetem.” — Arany János utolsó éveiben egész sor kis epigrammát, lírai sóhajt írt hasonló hangnemben. Az akadémiai főtitkárságról például így: „Szép megtiszteltetés, De nem bírok vele; Nem vagyok már a kés, Hanem csak a nyele.” Vagy a Sírvers: „Nincs végezve még itt a cikk, Folytatása következik: Én-Uram, légy én-szerkesztőm, Új folyamban újrakezdőm.”

Szépen mondja Boros: „A humor legbenső magja a vallásos elem erejében rejlik. Minden földit és emberit a maga elégtelenségében lát Isten előtt. De Isten szeretetének, az ő teremtésének tükrében látja.” A humoros emberek „mindent megértenek, mindent megbocsátanak, és mindenekelőtt semmit sem vesznek túlságosan komolyan.” Milyen széppé is teheti a világ egy-egy kis darabját, a maga közvetlen környezetét egy ilyen melegszívű, kedélyes öregember! És milyen igazán „aranyos alkonyat” lesz így a saját napáldozata is: „Hogy ködöt, esőt megelőzve Suhannánk át a sárga őszbe, A sárga csendbe, Magunk körül piros tavaszt teremtve.” (Sík: Nyárvégi reggel.) János pápa fohásza cseng vissza a következő versben, amely méltán foglalhat helyet minden öregember imádságos könyvében:

Imádság humorért

Csorgattál hitet fejemre,
(Vajha frissen őrzeném!)
Koszorúztál kegyelemmel
(Volna fogytig bár enyém!)
Hetven éves fiatalnak
Még valami kellene:
Humort, humort önts szívembe,
Meghallgatás Istene!

Nézni tanulj, vaksi lelkem,
Míg csak meg nem láthatod
Emberben az angyal-embert
És az ember-állatot.
Egy szemeddel egyet látni,
Másikkal a másikat,
Nagy az Isten vadaskertje,
A mennyország tágasabb.

Egybelátni mindakettőt
És eggyé ölelni át:
Erre kérd, míg kérheted még
A Szentlélek humorát.
Több ez, mint távolbalátás,
Közelnél is közelebb,
Ez tanít meg mosolyogni
Szenteket és bölcseket.

Hát az öreg, aki hordoz
Harminchárom nyavalyát
S kétszer annyi gyöngeséget,
Honnan vegye mosolyát?
Honnan erőt elviselni,
Kinevetni önmagát,
Megmaradni emberszinten
Éjek éjszakáin át!

Nincs itt más, mint bölcsnek lenni,
Ha csak egy hüvelyknyinek,
Semmi más, csak szentnek lenni,
Ha csak egy babszemnyinek.
Uram, egy babszemnyi lélek
Küldi Hozzád sóhaját:
Csorgasd cserepes ajkára
Öregeid humorát.

Beérés a hitben

Amint az ember öregszik, sok minden kérdésessé válik, amit azelőtt természetesnek vett. Állása,

egészsége, szexuális képességei, anyagi biztonsága — mindez egyszerre kevésbé szilárdnak látszik, mint a múltban. Nem különösebben meglepő hát, ha vallásos hitébe is újfajta kételyek lopóznak. Hiszen végtére is a hit többé-kevésbé az élet egész szövedékének része, és az öregedés az ember teljes életét megkérdőjelezi. A probléma igen súlyos akkor, ha hite felnőtt korában nem fejlődött ki és nem érett meg eléggé. Ebben az esetben annál keményebben csap le rá öregkorban az élet mindenestül-való kérdésessége.

Az öregedő embernek meg kell építenie a hiánytalan átmenetet új életszakaszába. Minthogy pedig a hit életének lényeges része, annak is el kell mélyülnie, be kell érnie életének ezen az új szintjén.

Vannak, akik mindig a keresztény hit szerint éltek, öregkorukra mégis egyszerre mély hit-válságba kerülnek. Ez megrémíti őket. Sokszor nem ismerik föl ezt az élményt valódi mivoltában: istenadta végső alkalomnak, hogy a sötétségen és a kételyeken áttörve érettebb, szeretőbb hit magaslatára juthassanak. A hit nem mindig a vigasz és vidámság belső élményét adja meg az embernek: gyakran vezet sötét, ködös völgyeken át.

Egyetemi hallgató koromban volt egy személyes élményem, amelyben aztán fölfedeztem a hitből való élet jelképes kifejezését.

Többekkel együtt Münchenben végeztem tanulmányaimat. Csatatunk a nyári szünidőt Svájcban és az osztrák Alpokban töltötte. Egy szép napon elhatároztuk, hogy megmásszuk a 2965 méteres Schesaplana-t. Hajnali öt óra felé indultunk. Amint folyvást magasabbra kapaszkodtunk, átlátszatlan ködtengerbe jutottunk. A köd olyan sűrű lett, hogy alig láttuk az ösvényt néhány méterre magunk előtt. Annál kevésbé rémlett valami a csúcsból. Mikor időnként néhány percre megpihentünk, mind kevesebb szó esett, de egymás szeméből olvastuk a növekvő kétséget: Érdemes-e folytatni az utat? Elérünk-e egyáltalán a tetőre? És tegyük fel, hogy

igen: mi értelme, ha ott is ilyen köd van? Egyetlen biztosítékunk volt: egy barátunk szava, aki lenn a völgyben elmagyarázta a csúcsra vezető utat, és azt mondta, hogy odafönn fölséges alpesi kilátás vár.

Bátorságunkat veszítve és kimerülten ugyan, de mégis csak úgy döntöttünk, hogy megyünk tovább. És aztán egyszerre megtörtént az, amit nem vártunk. Hirtelen túljutottunk a sűrű ködfalon, és a felhők fölött találtuk magunkat. Amikor fölnéztünk, a vakító nap úgy sugárzott, hogy a szemünk belekápázott. Előttünk, már alig egy kis darabra, ott terült el a hegytető. Köröskörül mindenfelé az Alpok méltóságos, hóval födött csúcsai. Tekintetünk mélyen behatolhatott Olaszországba, Svájcba és Németországba — lenyűgöző szépségű, fönséges látvány, messze meghaladott minden eddig látottat. És alattunk mint hatalmas tenger hullámozottak a felhők és a köd, betakarva, homályba borítva az alpesi völgyeket.

Amikor később visszagondoltam erre a nagy hegyi élményre, fölfedeztem benne a hitben való életünk megkapó szimbolumát. Hitéletünkben is sokáig kell ködben járnunk; nem látjuk a célt, amely felé tartunk, semmi sem szavatolja valódiságát, csak Jézus Krisztusnak, hitünk Istenének csálhatatlan szava. Kétségek támadnak szívünkben; az ösvény meredek néha; elfáradunk, kimerülünk. Gyakran pillogunk vissza a pusztán természetes tapasztalat völgyébe, és kísértésbe jutunk, hogy feladjunk mindent és visszaforduljunk. Nem lenne-e elég nekünk a völgyi élet? Hiszen oly keveset tudunk arról, mi vár ránk hitből való életünk csúcsán, — van-e csakugyan értelme ennek a sok erőfeszítésnek? I g e n, százszor is igen! Mert mindezek közt a kétségek közt egy hang sürgeti bennünk: kapaszkodjunk csak tovább, és mondogatja nekünk, hogy túl azon, amit látunk — vagyis inkább nem látunk —, fölséges szépségek várnak reánk, legmerészebb várakozásunkat is meghaladó szépségek. Ahogyan Szent Pál mondja: „Amit szem nem látott, fül nem hallott, ember

elméjébe föl nem hatolt, amit azoknak készített az Isten, akik őt szeretik” (1Kor 2,9).

A sötétség és szárazság, a vigasztalanság és ködös órák élményének mély jelentősége lehet hitéletünkben. Ha időnként sötét órákat élünk át, ez segíthet növekedni a hitben. Könnyű lenne a vallásosság, ha az imában, a szentmisén és egész lelkiéletünkben mindig bőséges vigaszt tapasztalnánk. De Isten alkalmat akar adni szeretetünk valódiságának bebizonyítására a vigasztalanság és elhagyatottság idején. Azért megengedi, hogy köd és felhők szűrke árnyékain hatoljunk át, egyedül a hit világosságával. Szent Pál nyomatékosan kiemeli a jelen és a jövőendő élet különbségét: „Most tükör által, homályosan látunk, akkor pedig majd színről színre” (1Kor 13,12).

Istenhez való viszonyunk sok tekintetben hasonló más emberekkel való viszonyunkhoz. Ha valaki szeret minket és állandó figyelmességgel halmoz el, nem nehéz viszonzni szeretetét. Nem kerül nagy erőfeszítésünkbe, de nem is igazolja, hogy szeretetünk igazán mély. Hanem mikor válság következik be és nem érezzük többé a szeretett és szerető személy meleg figyelmét, mikor félreértések adódnak és az első fellobbanás minden öröme-vigasza oda van: akkor itt az alkalom, hogy bebizonyítsuk szeretetünk mélységét.

Istenbe vetett hitünk életünk különböző szakaszaiban hasonló fejlődésen megy keresztül növekedésben, érésben. A hitbeli krízis nagyon jelentőssé válhat. Új személyes döntést kényszerít ki belőlünk. Vallásosságunk így személyesebb jellegűvé válik, hitünk személyesebb hódítássá.

Néha a hit válsága egyszerűen azt jelenti, hogy túl sokáig megmaradtunk életünk valamelyik korábbi fejlődési szakaszában. Az élet minden stádiumában újból el kell köteleznünk magunkat Jézus Krisztusnak, — jobban mondva meg kell újítanunk alapvető elkötelezettségünket iránta, újabb, jelentősebb tapasztalataink világánál.

Josef Goldbrunner, híres müncheni hitoktató és

pszichológus, szerencsés hasonlatot hoz az ember megtérésének folyamatára; ezt alkalmazhatjuk a hitben való fokozatos növekedésére is: „Ez az élethossziglan tartó megtérési folyamat olyan, mint amikor egy mágnes mindig újból áthalad egy vasdarab fölött, úgyhogy idővel minden molekula egyirányban csoportosul benne.” Ezt a képet felhasználva azt mondhatjuk, hogy amikor az ember egy életen át újra meg újra megújítja a hittel járó elkötelezéseit, akkor lényének minden molekuláját hitben, reményben és szeretetben sűríti össze a háromszemélyű egy Isten felé és szerető törődésben embertársai felé.

Az öregkor mintha különlegesen jelentős lenne hitünk növekedésében és fejlődésében:

Hetven felé,
Mint felhőn át az esti napkorong,
Mindenfelé
Egy fényességes árny borong:
Az Istené.

(Sík Sándor: Hetven felé)

A végső hitbeli válság kihívás lehet az embernek arra, hogy megfeszítse erejét és ezzel a végső erőfeszítéssel megszerezze a hit és szeretet végső beérését. Példa lehet erre a sok közül Rodriguez Szent Alfonz, a kedves spanyol jezsuita segítőtestvér. 86 évet élt. Fiatalságában becsületes kereskedőember volt, de felesége és két kis gyermeke elvesztése után egészen Isten szolgálatának akarta szentelni életét és negyvenéves fejjel szerzetesjelölt lett. Egy félév múlva előjárói Mallorca szigetére küldték. Egész hátralevő életét az ottani rendház portáján töltötte mint kapus. Mindenki szerette a kedves, szerény, imádságos lelkű testvért és Istentől sok rendkívüli kegyelemben is részesült. De akkora megpróbáltatásokban is öreg napjaira, hogy naplójában így ír: „Isten olyan utakat engedett megjárnom, amelyeken akkora fáradalmakkal és vértanúi kínok-

kal találkoztam, hogy nagyobbakat el sem tudok képzelni.” Hosszú éveken át heves kísértések gyötörték, életének minden vigasztaló emléke eltűnt, szelleme elsötétedett, állandóan kínozza a kétség, nem bántotta-e meg Istent valamivel és meg vannak-e csakugyan bocsátva múltbeli vétkei. Ha az imádságban keresett volna menedéket, gyöngeség fogta el és valósággal iszonyodni kezdett tőle. Néha már-már azt hitte, nincs is Isten, csak ördög. „Kiáltottam égi Anyámhoz, de nem hallgatott az ő Alfonzára. Kiáltottam a szentekhez, de nem hallgattak testvérükre. Felkiáltottam Uramhoz, — ő sem válaszolt. És mégsem hagytam el az én Uramat, Istenemet. Nem akartam gyáva árulójavá lenni.”

Ismertem nagyszerű katolikusokat, akik életük utolsó heteiben rettenetes küzdelmeket álltak ki, hogy meg tudják őrizni hitüket. Úgy látszik, Isten gyakran élete legutolsó napjaiban adja meg valakinek az alkalmat arra, hogy hitében és szeretetében a hősiességig növekedjék. Ahogy a már gyakran idézett Sík Sándor panaszolja utolsó versében, A néma Miatyánk-ban: még a Miatyánk minden második szava is „alattomosan elrejtőzködik”, „a templom messze, a könyv nehéz, ólomcsizmában toporog az ész”, „bénult napokon, izzadt éjeken” sem gondolkodni, sem imádkozni nem tud már a halálhoz közeledő ember. Éppen ez az az állapot, amikor a hűséges kitartás a heroizmusba ível:

Akarom élni az egész hitet,
Szeretni, ahogy Isten szeret,
És bízni, bízni akarok,
Abban, amit a Krisztus hozott.
Nem érzem, nem is gondolom,
De akarom, akarom, akarom.

Mindennek van értelme

Öregedő emberek egyik kulcsproblémája az a félelmetes gondolat, hogy öreg napjaiknak talán nincs

is sok értelme. Lassan ráébrednek, hogy egy napon talán egyáltalán nem lesz szükség rájuk munkahelyükön, családjukban, a társadalomban. Mikor az ember észreveszi fizikai és szellemi erőinek fokozatos hanyatlását, félni kezd, hogy haszontalan, nemkívánatos elemmé válhat, terhévé másoknak. Különösen olyanok, akik nagyon tevékeny életet éltek, nagy teljesítményekre törekedtek, és életük folyamán nagy tervek megvalósításának szentelték magukat, csontig rémülnek, mikor nyugalomba vonulásuk idején a cél és értelem hirtelen kiesik az életükből. Sokan életüknek ebben a stádiumában neurotikussá válnak, a lélektani kiegyensúlyozatlanság különféle fajtáiban szenvednek, mind csak az öregkor látszólagos üressége és céltalansága miatt. Milyen szimbolikus a haldokló aggastyán, Goethe feljajdulása: „Mehr Licht!” — több világosságot! A költő öregségében a szavaktól búcsúzik, amelyeken át eddig „Istent tapintotta ujjai hegyével”, most pedig „a néma ördög vigyorog reá”. De még csak költőnek sem kell lenni annak a kínos zavarnak átéléséhez, amikor az ember először kezdi érezni, hogy emlékezete foghíjassá válik, hullanak belőle kifelé a nevek, a dátumok, az adatok — és ide nincsen protézis.

Voltak és ma is vannak egyes primitív népek, amelyek közt íratlan törvény az öregek számára, hogy önként vonuljanak ki házukból, a magányba, a halálba, nem terhelve tovább az amúgyis szűk családi éléskamrát és lakást. Ez a pogány gondolkodás a maga materialisztikusan-emberi beállítottságában sajnos nem is olyan „primitív”, mint gondolnánk: napjainkban újjáéled az ún. művelt társadalom eutanázia-indítványaiiban. Tény, hogy igazából csak a hit szemével oldható meg, „mire jó” egy-egy olykor már talán csak vegetálásra szorítkozó, talán már elméjében is elhomályosodott, vagy évekre ágyhoz kötött aggastyán-élet. Sokan mondták el már kétezer év óta (legutoljára talán Heinrich Böll): ha a kereszténység eszméi nem érvényesülnének többé a társadalomban, semmi biztosíték nem volna az öregek, betegek,

elnyomottak, „félresikerültek” számára, hogy van még helyük a világban. — Emberileg érthető sok idős embernek az az óhaja, imája, hogy az Úr akkor szólítsa el őket, amikor még nem magatehetetlenek, nincsenek környezetük terhére. Mégis azt kell mondanunk: Isten jobban tudja. Bízunk őrá, mi mire jó. Elég tudnunk, hogy „az Istent szeretőknek minden javukra válik” (Róm 8,28) — nekünk magunknak éppenúgy, mint azoknak, akiket szeretünk, akiket kímélni akarnánk. Nemrégiben egy gyógyíthatatlan beteg asszony öngyilkosságot követett el. Élettársa és fia olyan megrendüléssel állt ágya mellett, úgy küzdött az életéért, hogy megígérte: soha többet. Nem értelmetlen az az élet, amely felé szeretet árad. Milyen felelősség a fiatalabb nemzedéknek, akik sokszor elmulasztják megéreztetni az idősebbekkel Isten szeretetét! — Még annak a talán legnehezebb próbatételnek a súlyával is meg kell valahogyan barátkoznunk, amit nem egy esetben az öregkori agyér-elmeszedés előrehaladása jelent. Ki merné haszontalannak tartani azt az időt, amelyet az agg Louis Martin (Kis Sz. Teréz apja) az elmeklinikán töltött? Lányai ezt tartották legnagyobb — bár fájdalmas — „hozományának”, amelyet érték adhatott. És Reményik Sándornak van egy megrázó verse egy csendes örültről, aki azelőtt mint református tiszteletes működött, s most egy sarokban gubbaszkodva egyre csak azt hajtogatja: „Istenem, Istenem, Istenem.” „Ő szent és szabadító örület — kiált fel a költő a vers végén — : A legnagyobbra mégis megtanít!”

Korunk egyik legszörnyűbb fejleménye az öngyilkosságok arányszámában beállott ugrás-szerű emelkedés. Az öngyilkosság gondolata éppen olyankor telepszik rá az emberre, ha nem látja, miért éljen tovább. A statisztikák világosan mutatják, mennyi a csalódás és kétségbeesés az idősebb emberek között. Franciaországban az 55 év alatti korosztály öngyilkossági aránya: minden 100 000 közül 51; az 55 év fölöttieknél ez a mutató 158-ra emelkedik. A

legújabb német statisztika szerint 100 000 német közül évente 21 követ el öngyilkosságot, azonban a 60 éveseknél ez az arány 55. Ugyanitt az 50—55 közötti nőknél az öngyilkosok száma kétszerese a 30—35 közti korosztálynak. És — mint egy kommentátor szárazon megjegyezte — az idősebbek öngyilkossági kísérletei majdnem mindig sikeresek. Anglia és az USA ugyanilyen statisztikát mutat fel: az öngyilkosságok száma a korral fokozatosan növekszik. Angliában a 40—59 év közti férfiak öngyilkossági aránya háromszorosa a 40 alattiakénak, sőt 60 év fölött a mutató ötszörös. Az USA-ban a 45—65 év közötti fehér férfiak öngyilkossági aránya 39 : 100 000; 65-ön felül állandóan növekszik, és a 70-es évek végén éri el csúcspontját: százezer közül 60! Hazánkban, ahol az öngyilkossági mutató különben is szomorúan magas, 1971-ben a 40—59 év közti korosztályból 1336, a 60 évesek és ezen felüliek közül 1360 személy követett el öngyilkosságot a statisztikai évkönyv szerint. Bár a 60 éven felüliek az össznépességnek csak 17.4 %-át teszik ki, öngyilkossági százalékuk 36.4. Az okok? Köteteket mond egy-egy ilyen rövid tudósítás: „68 éves, de ötszáznak látszik. Félig öntudatlanul fekszik a kórházi ágyon, oldalt fordul, arcbőre áttetszően vékony, vászonfehér, arcán, nyakán, egész testén a bőr milliónyi ránccal öszszeszottyadt, csuklóízületi betegségtől göbösek, ujjai eltorzultak. Tíz éve özvegy, hatszáz forint nyugdíjból él, senkije nincs.” Vagy gondoljunk Gárdonyi Géza: Öreg tekintetes c. művére, amelynek cselekménye annyiszor ismétlődött már meg a valóságban: az öregember, akit haszonleső fia és menyje rávesz, hogy adja el házacskáját és költözzék a városba hozzájuk; ott aztán idegenül, gyökértelenül érzi magát, s ráadásul szívtelenül egyre éreztetik vele, hogy fölösleges, elmaradott, szégyent hoz a családra . . . Csoda-e, hogy az ilyen ember nem találja helyét az életben? — Egy öngyilkos temetésén hangzott el nemrégiben: „Mit lehetett, mit kellett volna tennünk, hogy ezt a tragédiát elkerülhessük? A válasz egyszerű: jobban

kellett volna őt szeretnünk. És ebben minden benne van.“

Hogy milyen fontos fölfedezni az élet értelmét, új érzéket fejleszteni ki ez iránt a kései években, azt újabban az ún. Harmadik Bécsi Pszichoterápiái Iskola hangsúlyozta, Dr. Viktor Frankl logoterápiájában. Franklnak az a belátása, hogy az élet értelmének fölfedezése lélektanilag igen jelentős, természetesen minden korcsoportra vonatkozik; de különös jelentősége van az öregkorba való átmenet korszakára nézve.

Frankl elveti mind Freud eszméjét, amely szerint az embereket főként a szexuális erő vezérli, mind Adler föltevését, hogy a hatalom irányít minden alapvető emberi törekvést. Szerinte inkább az élet értelmének a keresését kell úgy tekintenünk, mint az ember legfőbb érdeklődési körét és legalapvetőbb törekvését. A logoterápia — Frankl szótárában a „logosz” az élet értelmét jelenti — az emberlét értelmét állítja középpontba, és azzal próbálkozik, hogy segítsen a páciensnek megtalálni saját élete értelmét. Frankl — aki átélte Auschwitz poklát — szívesen idézi Nietzsche szavait: „Akinek van miért élnie, az szinte mindent el tud viselni az életben.”

Ha az embernek van m i é r t élnie, akkor úgy nézi az életet, hogy az akarva-akaratlan jótékony befolyással van lélektani egészségére. Másfelől ha nem sikerül semmi értelmet fölfedeznie az életben, ha csalódást, belső ürességet és „egzisztenciális vákuumot” tapasztal magában, az súlyosan veszélyezteteti lelki egyensúlyát. Az ilyen lelkiállapot gyakran vezet neurózisokra: ez a 20. századi ember legfenyegetőbb réme.

Hogy ez milyen óriási probléma, azt láthatjuk napjaink egzisztenciális ürességének sokféle megnyilvánulásából: unalom, „vasárnapi neurózis”, alkoholizmus, ifjúkori bűnözés, nyugdíjasok és öregedő emberek belső válsága. Az élet értelmének hasztalan keresése gyakran túlzott hatalomvágyban kompenzálódik, pénzéhségben fejeződik ki, vagy a szexuális

gyönyör féktelen hajszolásába fullad. Mindezeknek a romboló jelenségeknek az alján az a kudarc lap-pang, amelyet az illető élete értelmének keresésében szenvedett.

„Micsoda pontosan az élet értelme?” Erre a kérdésre mindenkinek a saját feleletét kell megtalálnia. Frankl azonban hangsúlyozza, hogy ezt a minden egyes ember számára egyetlen értelmet nem mi magunk találjuk ki, csak fölfedezzük. A logoterápius szerepe az, hogy tágítsa betegének látókörét, segítse észrevenni a jelentőség és értékek egész széles színpontját. Nem befolyásolja értékítéletek elfogadásában, hanem új fényben világítja meg előtte magát az igazságot, és az értelmes valóság sokrétűségét. A logoterápia nem korlátozza az élet értelmének kutatását a vallásos értelmezés területére; de — Freuddal ellentétben — rokonszenvvel néz a hitre, és a vallásos hitben az egyik legértékesebb emberi tájékozódási formát látja az élet értelme felé.

Sok öreg ilyesféle mondatokban fejezi ki azt az érzését, hogy életéből hiányzik a cél és az értelem: „Én már semmire se vagyok jó”, vagy: „Semmi hasznom, nincs már szükség rám”. Ha valaki ilyen hiábavalóság-érzést táplál magában, az lerombolja önbecsülését, és gyakran komoly kisebbségi komplexumot teremt. Az öregeknek lélektanilag szükségük van arra, hogy érezzék: még mindig hasznosak, most is szükség van rájuk. A fiatalabb nemzedéknek, és általában a társadalomnak föl kell ismernie ezt a szükségletet és felelnie kell rá azzal, hogy megengedik nekik, sőt biztatják őket: járuljanak hozzá bölcsességükkel, tapasztalatukkal és ügyességükkel a család és a társadalom jóvoltához.

Az élet értelmének és céljának konkrét kutatása az öregkorban sok különféle alakot ölthet. Ez függ az illető egészségétől, képességeitől és adott élethelyzetétől. Egyes öregeknél az tudja elűzni az ürességtől való félelmet, az ad újból célt és örömeztetést, ha átveszik házas gyermekeiktől a háztartás vezetésének felelősségét és az unokák gondozását. Ismertem egy

öreg nénit, aki bottal járt, de mikor a kisunokáját sétáltatta, lemaradt a kezéről a bot... (Hasonló missziót betölthetnek — ha magányosak — más ismerősöknél, vagy rászorulóknál is. Hiszen hányszor olvassuk az újságban: „Pótnagymamát keresünk”!) Sok idősebb ember hirtelen megint fiatalnak érzi magát, ha tanácsot kérnek tőle. Az az érzés, hogy hasznukat veszik, hogy szükség van rájuk, megerősíti csökkent önbecsülésüket, új értelmet és célt ad életüknek. A bécsi Nationalbibliothek egyik 85 éves nyugdíjas tagja valósággal új életre pezsdült, amikor a nagy firenzei árvíz után megbízták bizonyos muzeális értékű régi fegyverdarabok restaurálásával. Pedig ezt a munkát teljesen ingyen, szolidaritásból vállalták. — Az Irodalomtörténeti Közleményekben olvashattuk nemrég azt a megindító levelezést, amelyet Kosztolányi Dezső folytatott öreg édesapjával: hogyan kezeli az öreg fűzfapoétát végtelen tapintattal „költőtárs”-ként, és ezzel milyen boldoggábüszkévé teszi, szinte az életét adja vissza súlyos betegsége után. — A lényegyet sűríti össze az a kis párbeszéd, amelyet Ivo Andrič, az ismert író folytatott jugoszláviai útján egy kilencvenéves anyókéval: „Hogyan viseled az öregséget, Ajkuna? — Egészen jól. Mert csupa jó ember vesz körül.”

Nagy irodalmi példája az említett „újjáéledésnek” a vén Toldi. Az étellel már leszámolva éppen a maga sírját ásta meg, amikor a király segítségért küld hozzá az olasz bajnok miatt, aki minden vitézét legyőzte. „Vén sas, ifjodjál meg, nem érsz rá meghalni!” — rivall fel az agg vitéz, és kiugrik a sírból. Mesterien festi Arany a „vén sas” belső „megifjodását” a győzelem és a király kegyelme után:

Akármerre tekint, minden ember képe,
Minden ember szeme ragyog örömébe':
Csak, lám mondom, ő néz tétovázó szemmel:
Elszokott, hiába! még örülni sem mer.
Majd az öröm lángja őt is általhatja,
Szeme kezd lobogni, jobb kezét odadja...

Maeterlinck a maga szimbolikus stílusában úgy állítja eléink a halottakat, hogy amikor gondolnak rájuk, megelevenednek, amikor pedig kiesnek az emlékezetből, ismét elszunnyadnak. (Tytyl és Mytyl látogatása a nagyszülőknél a Kék Madár-ban.)

Az eltömegesedett társadalomban élve manapság sok, főleg öregebb ember alábecsüli saját jelentőségét. Úgy érzik: akármit is csinálnak, nem sokat számít, így aztán „elássák talentumaikat”. Mi keresztények, főleg öregebb keresztények nem gondolkodhatunk így. Jusson eszünkbe, hogy ha igazán hiteles keresztény életet élünk, az igenis sokat számít, jobba, ott-honosabbá tehetjük vele ezt a világot, és segíthetünk másoknak, hogy teljesebben, örvendezőbben emberek legyenek. Az igazi és teljes emberség kéz a kézben jár az érett kereszténységgel. — Íme, hogyan látja a költő az öregasszonyok nagy misszióját:

Az encián szemet húny éjszakára,
De húnyt szemmel is kéken mosolyog.
Ti tudtok illet, öregasszonyok.

Szép tiszta ráncok, szép komoly barázdák,
Bölcsességgé szüremlett bánatok,
Nyájas szibillák, öregasszonyok!

Ti keskeny ajkak, kik a hallgatásban
Már minden titkot megtanultatok,
Tanítgassatok, öregasszonyok!

Gazdag szemek, szelíd tengerszemecskék,
Mélységesek és hullámtalanok,
Nyugtassatok el, öregasszonyok!

Hűvös kezek, de melegen tapintók,
Fagyos a kezünk, simogassatok,
Anyátlanokat, öregasszonyok!

Alvó kisgyerek ágya zsámolyánál
Ezüst-glóriás őrzőangyalok:
Virrasztanak az öregasszonyok.
(Sík Sándor: Öregasszonyok)

François Mauriac, a nagy katolikus regényíró, aki 1970-ben, 84 éves korában halt meg, halála előtt szép dicshimnuszt írt sajátmagáról, amikor ezt vallotta: „Hiszem, amint gyermekfejjel hittem, hogy az életnek értelme, iránya, értéke van; hogy nincs elveszett szenvedés, hogy minden könnycsepp, minden vércsepp számít, hogy a világ titkát Szent János szavában lehet megtalálni: Deus caritas est — Szeretet az Isten”.

Öregek házassága: az új találkozás

Házaspárok életében a nyugdíjba vonulás ideje kétféle változást hozhat: vagy viszonyuk rohamos romlását, vagy a teljesebb, gazdagabb együttélés kezdetét. Egyes házasságokban az együttélést csak az teszi elviselhetővé, hogy a férfi — vagy mind a két fél — napi kilenc órán át távol van hazulról. Ilyenkor annak pusztá gondolata, hogy nyugdíjas korban naphosszat otthon lesznek, rémületbe ejtheti a feleséget és a legrosszabbtól retteg. Ha a nyugdíjba vonult férj abban éli ki magát, hogy a konyhába szaladgál és illetéktelenül beavatkozik feleségének háztartási birodalmába, akkor a nyugdíjas idő valóságos pokollá válhat a házaspárnak, veszekedések és csatározások hosszú láncolatává, amit csak a kelletlen fegyverszünet és a kölcsönös duzzogás időszakai szakítanak meg.

Egyes házaspárok, különösen a gyermekek felserdülte után, eltávolodnak egymástól, és jóformán teljesen külön élnek, még ha együtt is laknak. Kívülről talán minden a legteljesebb rendben van. A kert szépen művelt, a lakás ragyog, a férj mindennap megkapja a tiszta ingét. De az asszony nem szeretetből teszi mindezt, hanem azért, mert így illik ez a jó

háziasszonyhoz, így szokta meg sok-sok éven át. A férj érzi ezt, és megveti a felesége munkáját. Krump-
lit hámozni, salátát tisztítani, inget vasalni — ennyit
egy cseléd is tud, maholnap már automata végzi! A
feleség meg gyűlölködve nézi a férj „semmittevését”:
hogyan olvas, gondolkodik, problémái vannak. Talán
egyszer-másszor megpróbált kérdezősködni tőle, de
bután kérdezett, és az ura ezt fölényesen éreztette
vele. Azóta nem kérdez. Azóta nem tudja, mire gon-
dol a másik. Két értékes ember, két igazán kitűnő
ember élhet így egymás mellett — idegenül, gyű-
lölettel, mert nem találják többé egymást. Ha a férfi
megérezné, hogy a felesége rágondol, mikor a salátát
tisztítja — ha az asszony megérezné, hogy az ura
rágondol, mikor gondolkodik! Ha az asszony ott tudná
hagyni a mosatlan edényt, ha férfi félre tudná tolni
a könyvet, ha egymás mellé ülnének, ha megint
együtt tudnának lenni!... Eszembe jutnak saját
szüleim: apám egy-egy ráérős ünnepnapdélután,
ebéd után magához húzza anyámat a díványra. Az
szelíden tiltakozik: „mosogatni kéne” — de nem
megy mosogatni, hanem egymás mellett pihennek és
beszélgetnek.

Tehát másképpen is alakulhat a házasság a vissza-
vonulás idején: az emelkedettebb, bensőségesebb
viszony irányában. Itt hasznos röviden megfontolni
a személyek közötti kapcsolat két különböző típusát.
A második az az eszmény, amelyet öregebb emberek
gyümölcsözően törekedhetnek követni, teljesebben
kifejleszteni. A mi teljesítményi, „célos” társadal-
munkban a többi emberrel való érintkezésünk mind-
inkább pusztán funkcionális, vagy hasznossági
jellegű. Egy közönséges üzleti tárgyalás két ember
között példája lehet ennek. Ezen a szinten egy
személy fölcserélhető bármelyik más emberi lénnyel.
De emellett a funkcionális kapcsolat mellett van egy
másik típusa is a személy és személy közti talál-
kozásnak: ezt itt jobb híján egzisztenciális
érintkezésnek nevezzük. Ez a személyi viszony
mélyebb rétegeit érinti, amelyek az emberre mint

helyettesíthetetlen, egyedülálló lényre vonatkoznak. Két ember úgy találkozik benne és úgy bízza magát egymásra, mint egyéni mivoltukban egyetlen személyiségek. Az egzisztenciális kapcsolat nem törekszik funkcionális célra, csak mindkét személy igazi javára; kölcsönösen felszítják és teljesen kibontakoztatják egymás potenciális energiáit. Ilyenformán bizonyos értelemben a kettő újjáateremti egymást.

A modern társadalom mintha felbiztatná, sőt kényszerítené az embert arra, hogy aktív élete idején messzemenően a funkcionális, preegzisztenciális szinten kezelje embertársait. Azért lép kapcsolatba egyik ember a másikkal, hogy valami közös célt érjenek el, és ennek érdekében használják föl egymást. Persze nincs abban semmi rossz, ha két ember érintkezésének rajtuk kívülálló objektív célok elérése az indítéka. De megvan az a veszedelme, hogy hovatovább csakis a funkcionális érintkezésnek ezekben a formáiban tudnak találkozni az embertárssal; ez pedig abban az emberi dimenzióban jelent veszteséget, amely a legjellemzőbben emberi. A modern civilizáció egyik legkomolyabb veszélye éppen ez: abban az irányban halad, hogy a másokkal való érintkezés síma és kellemes, de felületes módját tegye az embertársainkkal való találkozás általános mintájává. Így az emberek megfosztják magukat azoktól a mélyebbre nyúló viszonyoktól, amelyek nem elsősorban arra valók, hogy kellemesen és símán „kijöjjünk egymással”, hanem hogy szembenézzünk partnerünkkel, és szeretettel „kipöröljük belőle” egy gazdag személyes viszony minden lehetőségének kibontakozását. Karl Jaspers, a filozófus és pszichológus, akinek meglátásait itt felhasználtam, részletesebben kifejti az egzisztenciális közlekedés és a szeretetből fakadó súrlódások lelket gazdagító lehetőségeit.

Technikai és teljesítményi beállítottságú korunk fenyegetését azzal kell ellensúlyozni, hogy fejlesztjük az egzisztenciális érintkezést másokkal. Lényeges,

hogy minden ember, legalábbis egyik-másik mindennapi kapcsolatában, mélyebbre hatoljon a pusztán funkcionális vagy hasznossági szintnél, és a másikkal egyéniségének magvában találkozzék, mint kicserélhetetlen, páratlan személyiséggel.

Természetesen életünk minden szakaszában törekednünk kell ilyen egzisztenciális kapcsolatokra. De az öregkor kétféleképpen is mintha különleges lehetőségeket nyújtana erre: egyfelől jobban megértjük, milyen nagy szükség van ilyen mélyebb viszonyokra, másfelől több idő és mód van törekedni rájuk és kifejleszteni őket. Amint az ember megszabadult a funkcionális teljesítményi beállítottság kényszerétől, újonnan fedezi föl és értékeli az élet legmélyebben emberi dimenzióit.

Itt látjuk, milyen gyönyörű vállalkozás várhat egy házaspárra a nyugdíjas kor határán. A házaselet egyik legnagyobb tragédiája manapság az, hogy nagyon is sok férj és feleség többéves házasság után is még mindig a preegzisztenciális kapcsolat szintjén áll. Egész kölcsönös bánásmódjuk pusztán csak funkcionális viszonyt tükröz. Így az elérhető emberi gyarapodásnak, egymás kölcsönös újjáteremtésének egész gazdag tere kihasználatlan marad. Eszünkbe juthat megint C. G. Jung nyugtalanító megjegyzése: az ember rendszerint csak lelki képességeinek a felével dolgozik és él, másik fele pedig elfeledett, paragon hever.

Sokkal jobban gazdagíthatná a hitveseket a házasság, ha felhívnánk a figyelmet a személyes viszonylatok különböző szintjeire, és az egzisztenciális érintkezés mérhetetlen lehetőségeire. Az a férj és az a feleség, amelyik sohasem jut tovább a találkozás pusztán funkcionális módjainál, életének legnagyszerűbb lehetőségét mulasztja el. Aligha lehetnek aztán meglepve, ha csalódottságot, unalmat és erős elégedetlenséget tapasztalnak, nem is szólva a kapcsolat esetleges teljes megszűnéséről.

Sokkal gazdagabb házastársi viszony fejlődhetne ki, ha mindkét partner vállalná az egzisztenciális

közlekedés és a szerető súrlódás kihívását. Az átlagházasságokban nincs veszekedésben hiány, de az gyakran nem szerető jellegű. Másfelől sok házaspár úgy gondolja, elég az, hogy szeretetükben nincsen véleménykülönbség, és elfelejtik, hogy csakis az egymást provokáló kölcsönös küzdelem szigora és ereje érlelő hatású.

Férj és feleség kölcsönös szerető kritikája nem azt jelenti, hogy a két partner kezdettől fogva „gáncstalan lovag”, illetőleg „eszményi feleség”. A valóságban mind a férj, mind a feleség befejezetlen személyiség, és csak az egzisztenciális viszony folyamata fejleszti őket fokozatosan eszményi személyiséggé, bár igen gyakran — helytelenül — azt várják, hogy már kezdetben így legyen. Irreális föltételezések, vagy elvárások könnyen elronthatják a házasságot. A férj és feleség azt lássa feladatának, hogy kölcsönösen „megalkossa” egymást. Ennek során mindkét partner kiváltja a másiktól összes potenciális energiáját, és így elvezeti egymást a növekedésre és teljesülésre. Micsoda ösztönző és gazdagító feladat lenne az „aranykorba” lépő házaspároknak erre igyekezni!

Szent Pál nem szabott időhatárt annak a tanításának, hogy „a férfiak szeressék feleségüket, mint Krisztus szerette az Egyházat és feláldozta magát érte” (Ef 5,25). Hasznos elhatározás lenne, ha a házaspárok — az öregek is — úgy havonként elolvasnák az Efezusi levél 5. fejezetét.

Gyönyörű példája volt a késő öregkorba nyúló harmonikus házasságnak nálunk Kodály Zoltáné Sándor Emmával: 48 évet töltöttek együtt, közös munkában, a végén a mester mindennap órákig ott ült súlyos beteg, agg feleségének ágya mellett, és halála után párját ritkító gyászjelentésben siratta el:

„Fájdalmas szívvel tudatom, hogy életem és munkám hű társa, Schlesinger Emmának született Kodály Zoltánné, f. hó 22-én, házasságunk 49-ik évében minden halandó utolsó útjára tért.

Tisztelte atyját és anyját, ezért hosszú életet nyert. Élete útján áldást hozott minden vele találkozóra.

Ahová ragyogó szemének egy sugara elért, ott világosság, melegség, élet fakadt. Mert szeméből végtelen jóság és szeretet áradt.

Gyászolja mindenki, aki szeretete melegéből valamit is megérzett. De legjobban az, akire a legtöbbet pazarolta, akinek életét földi paradicsommá tette.

Testét a farkasréti temetőben adjuk vissza a földnek. Lelke velünk marad örökké.”

Nemrég mondta egy híres tudós özvegye egy tévéinterjúban: „Szép volt vele megöregedni.” Ennél nagyobb dicséretet nem lehet egy házasságról mondani. Ezt tükrözi csodálatos egyszerűséggel, Szabó Lőrinc kongeniális fordításában, Robert Burns verse:

John Anderson, szivem, John,
kezdetben, valaha
hajad koromsötét volt
s a homlokod sima.
Ráncos ma homlokod, John
hajad leng deresen,
de áldás ősz fejedre,
John Anderson, szivem.

John Anderson, szivem, John,
együtt vágtunk a hegynek,
volt víg napunk elég, John,
szép emlék két öregnek.
Lefelé ballagunk már
kéz-kézben csendesen,
s lent együtt pihenünk majd,
John Anderson, szivem.

Új vallásos dimenziók

A keresztény hit olyan mérhetetlenül gazdag, hogy az emberi élet egyetlen szakaszában sem lehet igazságainak mélységét teljesen felfogni, vagy

vallásos és erkölcsi értékeinek bőségét átlátni. Az Evangélium az igazság és az eszmények kimeríthetetlen bányája. A keresztény évek hosszán áshat benne lefelé, de sohasem meríti ki. Csak az élet egymást követő szakaszainak során nyilvánul ki fokozatosan a vallásos igazság teljessége, csak így eszmélhetünk rá igazán a vallásos értékek roppant birodalmára.

De az emberélet mindegyik korszakában egyedülálló lehetőségek kínálóznak fel: a megértés és cselekvés olyan lehetőségei, amelyek más stádiumokban nem állnak rendelkezésre, vagy legalábbis nem ugyanakkora fokban. A Szentírás gyakran beszél a *kairosz*-ról, arról a páratlanul alkalmas időről, amely egyszer jön el és nem tér vissza többé. A Prédikátor megmondja nekünk, hogy mindennek megvan a maga egyetlen ideje, kairosza: „Mindennek az ég alatt megvan a maga ideje. Ideje van a születésnek és ideje van a halálnak; ideje az ültetésnek és ideje az ültetett kiirtásának... ideje van a sírásnak, és ideje a nevetésnek... ideje az ölelkezésnek, és ideje az ölelkezéstől való tartózkodásnak... ideje a hallgatásnak és ideje a szólásnak” (Préd 3,1-8).

A kortársi filozófia erősen hangsúlyozza az ember történetiségét, azt a tényt, hogy az ember csakis a történelem keretében él és működik. Egyes filozófusok mintha észre sem vennék, hogy a Szentírás milyen éles érzéket tanúsít az ember lényegesen történeti jellege iránt. Szent Pál azt írja Római levelében: „Ez a fontos nekünk, akik megértjük az üdvösség idejét („kairosz”): itt az óra, hogy fölébredjünk az álomból” (Róm 13,11). Még a kísértés órája is „kairosz” a hívőnek: „Én megmentlek a megpróbáltatás órájától, amely az egész világot éri, hogy próbára tegye a föld lakóit” (Jel 3,10). A szentírás ismételten emlékeztet rá, hogy ha valaki nem használja ki a neki adott „kairosz”-t, ennek az értékes órának a lehetőségei nem térnek vissza többé.

Isten fölötte áll időnek és történelemnek, de az emberrel mindig időben és történelemben érintkezik. „Amikor elérkezett a meghatározott idő, Isten

nyilvánosságra hozta tanítását” (Tit 1, 3). A kánai menyegzőn Jézus ezt feleli anyjának: „Még nem jött el az én órá” (Jn 2, 4). Jézus sohasem a saját feje után cselekszik, hanem inkább teljes összhangban a „kairosz”-szal, azzal az egyetlen időponttal, amelyet az Atya szabott meg és döntött el előre. „Az én időm még nem jött el. A ti időtök mindig itt van” (Jn 7, 8). „Amikor még nyomorultak voltunk, Krisztus a megszabott időben meghalt azokért, akik távol voltak Istentől” (Róm 5, 6). Szent János az utolsó vacsora elbeszélését ezzel a nagyon határozott állítással kezdi: „Jézus tudta, hogy eljött az az óra (kairosz), amelyben vissza kell térnie ebből a világból az Atyához” (Jn 13, 1).

Mindannyian jól ismerjük, micsoda páratlan lehetőségeket kínál az ember ifjúsága a vallásos életre nézve: a lelkesedés és nemeslelkűség beállítottságát, és az életreszóló nagylelkű elkötelezés alkalmát a hivatás választásában.

Mintha sokkal kevésbé vennénk észre az öregkor egyedülálló alkalmait. Nem élhetünk történelmen kívüli vallásos és erkölcsi életet, nincs értelme arra törekedni, hogy a valláserkölcsei értékeket a történetileg adott élethelyzettől és annak megfelelő szakaszától függetlenül valósítsuk meg. Szerényen el kell ismernünk, hogy képességeink mindenkor korlátoltak, és életünk minden ívszeletének megvan a maga saját, egyetlen, gyakran minden előzőtől különböző „kairosz”-a.

Sajnos sok öregedő férfi és asszony elcsügged, levertté válik az öregkor rákényszerítette korlátok következtében. Mennyivel gazdagabb lehetne életük alkonya, ha ehelyett azon volnának, hogy szemüket kitágítsák az öregkor új látóhatáira! Felvidító, megfiatalító élmény lehet a korosodó embernek, ha kikutatja, fölfedezi az érettebb vallásos élet sokféle új kilátását és lehetőségét. Később még látni fogjuk, hogy pl. az öregkor szinte új lehetőségeket nyújt a Szentháromság mélyebb megértésére, és a sajátosan trinitárius lelkeség kifejtésére. Itt csak röviden

két másik példát hozunk fel arra, hogyan nyithat új dimenziókat az öregség sok ember életében a valóságosságnak.

Az első példa arra vonatkozik, hogyan fedezzük fel újonnan Isten erejét az emberi gyöngeségben. Öregedő embereknek páratlan lehetőségük nyílik arra, hogy fizikai hanyatlásuk és csökkenésük során újféléképpen megtapasztalják saját végességüket, és egyben Isten hatalmát és erejét. Mondottuk, hogy az ember életének minden egyes szakasza egyedülálló alkalmakat kínál bizonyos oldalak megragadására a keresztény hit végtelenül gazdag valóságából. Az öregkor úgylátszik arra, hogy mélyebb bizalom verjen gyökeret bennünk Isten gondviselésében és kegyelmében. Az átlagkeresztény aktív évei alatt hajlamos arra, hogy elsősorban saját erejére hagyatkozzék, és teljesítményeit nagyrészt saját tehetségének és munkájának tulajdonítsa. Teológiai szakkifejezéssel szólva: aktívabb éveiben az ember hajlandó a kegyelmet inkább pelagiánus módon felfogni. Életének ebben a korszakában gyakran szem elől téveszti azt a mély teológiai igazságot, hogy semmi sem lenne és semmit sem tehetne Isten mindig jelenlévő, fenntartó hatalma nélkül. Ha aztán megöregszik és érzi, hogyan hanyatlik az ereje, úgy is felfoghatja ezt, mint felszólítást arra, hogy mélyebben megértse: valójában mennyire a Mindenható Isten teremő és fenntartó hatalma az alapja cselekedeteinek, egész életének. Ezért halljuk annyiszor, s bizony inkább csak idősebb emberek szájából a kedves mondást: „Ha Isten éltet...” Így hát az öregedő ember számára új alkalom kínálkozik annak a keresztény paradoxonnak a megtapasztalására, hogy amint saját ereje alábbhagy, a teremő és megváltó Isten hatalma annál fényesebben ragyog fel benne. Szent Pál gyönyörűen fejezte ki ezt a paradoxont: „Ő (Krisztus) ezt felelte: „Elég neked az én kegyelmem. Mert az erő a gyöngeségben nyilvánul meg a maga teljességében.” Ezért a legszívesebben gyöngeségeimmal dicsekszem, hogy Krisztus ereje költözzön belém. Kedvem telik a

Krisztusért való gyöngeségben, gyalázatban, nélkülözésben, üldözésben és szorongattatásban, mert amikor gyöngé vagyok, akkor vagyok erős” (2Kor 12,9-10).

Egy második példa, amely megvilágíthatja az öregkor új vallásos dimenzióját: újra észrevevesszük az élet jelentős értékeit és a hit nagy ajándékát. A tevékenységtől való függetlenedés, amelyet az idős ember élvez, tekintélyes segítség lehet abban, hogy helyes szemszögből tudjuk látni a dolgokat. Megnyithatja szemünket az élet igazán jelentős értékeire, és elvezethet a hit adományának örvendező újrafelfedezésére. Mi emberek hajlunk arra, hogy az élet javait magától értetődőnek vegyük. Sokszor még arra sem eszmélünk rá, hogy ezek ajándékok, Istentől kaptuk őket, és hálásnak kellene lennünk értük. Öregkorban, amikor annyi azelőtt nagyratartott dolog kérdésessé válik, új érzékünk fejlődik az iránt, mi igazán fontos és időálló. Az öregség megélesíti érzékünket a hitelesség és tartósság iránt. A szenvedés és az egészség hanyatlása gyakran megnyithatja az ember szemét az időálló értékekre, és felszabadíthatja szellemét mélyebb boldogság-élményre.

Ezzel kapcsolatban gyakran jut eszembe egy leprás, akivel Tokió mellett találkoztam egy lepratelepen. Vasárnaponként mint káplán mentem oda és misét mondtam nekik. Ott találkoztam egy idősebb úrral. Egyik kezét már elvesztette ebben a szörnyű betegségben. Meglepetésemre mindig nagyon boldognak és elégedettnek látszott. Rájöttem, hogy konvertita és igen aktív katolikus; betegtársait magával hozta a misére, és próbálta terjeszteni az evangélium örömhírét nemkeresztény szenvedőtársai között. Egy napon azt is megtudtam, hogy bár a leprások többsége, hála a modern orvostudomány haladásának, fokozatosan felgyógyult betegségéből és néhány év múlva minden valószínűség szerint hazatérhet, ennek az embernek semmi reménye nem volt rá, hogy valaha is visszanyerje egészségét. Túlságosan későn fedezték föl a baját, és most arra volt kárhozottva,

hogy egész hátralevő életét a lepratelepen töltse. De amikor beszéltem vele, egyáltalán nem volt bánatos vagy csüggedt, inkább mindig vidám. És beszélgetéseinek egyik uralkodó témája ez volt: „Olyan hálás vagyok Istennek, hogy itt a lepratelepen megtaláltam a keresztény hitet, megeltem életem értelmét.” Mindig ezt a japán mondatot használta: „Szívem teli van hálával!” (Önkéntelenül is fölfigyeltem a kiáltó ellentétre a tíz meggyógyult leprásról szóló evangéliumi történettel: azok közül kilenc még csak arra sem szánt időt, hogy visszatérjen és köszönetet mondjon Jézusnak a csodáért. Ez a japán leprás rettenetes kínokat szenvedett, és mégis, fizikai gyógyulás nélkül is, csupa hála volt a szíve azért az adományért, amelyet többre becsült a testi egészségnél: a keresztény hitért.)

Másképpen vet fényt az ember élete estéjének vallási jelentőségére François Mauriac több regénye. Mauriac élesen ábrázolta a kapzsiságot és gyűlöletet, az embertelenséget és romlottságot, és az emberi szenvedélyek romboló erejét. Művei szinte azt a végletes állítást szuggerálják, hogy élni annyi, mint vétkezni, és a gonosz az emberi lét leggyökerén is ott rág. És mégis, túltengő emberi gyöngeségük és gonzságuk ellenére, Mauriac nagy bűnösei életük végefelé mintha megkapnák és el is fogadnák a kegyelem ajándékát. Úgy látszik, hogy ezekben a kísértetiesen leírt mauriaci jellemeiben az isteni kegyelem lehatalmasabban utolsó éveikben dolgozik. Csak akkor hódítja meg végre kapzsiságukat, érzéki szenvedélyüket és önzésüket; csak akkor szabadulnak ki elszigeteltségük és magányosságuk börtönéből, és jutnak el közösségre Istennel és embertársaikkal.

Csak halálos ágyán győzi le a kegyelem a Thérèse c. regény hősnőjét. Mauriac azt mondja róla, hogy „az emberi lényeknek ahhoz az osztályához tartozik (és ez hatalmas család!) akiknek a számára az éjszaka csak magával az élettel együtt végződhet be”. — „A leprásnak szánt csók” egy boldogtalan házasság tragikus története egy csúnya gazdag ember

és egy gyönyörű szegény leány között. Noémi, a feleség, visszataszítónak találja férje külsejét. Mély undor taszítja el tőle, és egyszerűen elviselhetetlenné teszi az életet vele. Csak a végefelé, amikor férje a halál révén van, fedezi föl belső szépségét és kezdi igazán szeretni.

A „Viperafészek” nyomorult öreg földbirtokosa attól a maró érzéstől emésztődik, hogy őt senkisémm szereti. Keserűvé válik, szívében gyűlölet, bosszúvágy és fösvenység rág. Családjának ridegszívűségét azzal viszonzozza, hogy elhatározza: bosszúból minden rokonát kitagadja az örökségből. Még öregkorában is a zsugoriság, gyűlölet és bosszú lelkülete uralkodik gondolatain és cselekedetein. Csak legutolsó napjaiban nyitják meg a szeretetnek azok a csillámai, amelyeket néhány körülötte lévő emberben fölfedez, „a magány és közöny e szörnyetegének” szívét. Naplójának végső bejegyzése abban az öröndetes fölfedezésben csúcsosodik ki, hogy a fösvenység és keserűség jéghegyei végre olvadoznak a szíve körül. „Valami olyan érzést kelt a szívemben, mintha meg akarna repedni — a Szeretet ez. Végre tudom a nevét.” Amikor az öregember halála után egyik rokona ír róla, elismeri, hogy szörnyű ember volt, néha félelmetes. De életének ezekben az utolsó napjaiban mégis nagy fényesség ragyogott föl lelkében, és ez a végső jósága tökéletesen megváltoztatta rokonának az életről alkotott képét.

Mauriac úgy nézi az életet, mint hosszú, veszedelmes, kanyargós ösvényt meredek hegyoldalon. A veszélyes kapaszkodók idején többnyire sötétség uralkodik. Csak a végefelé kezd derengeni a világosság, amikor a napsütötte csúcs fölmerül, mint valami túlvilági látomás az emberi élet bizonytalan ködtengere fölött. Az emberiség vágyakozását a transzcendens Lény, Isten után (ezt a vágyakozást ritkán ismerik föl igazi mivoltában) alig ábrázolta valaki olyan jól, mint Mauriac az ő jellemeiben.

Minden idők egyik legnagyobb regényírója, a sokat szenvedett Dosztojevszkij, ismét másképpen, har-

monikusabban írja le az öregkor útját új dimenziók felé:

„Az emberi élet nagy bánata, nagy titka lassanként csendes, örvendező meghatottsággá változik. A pezsgő fiatal vér helyébe az alázatos, letisztult öregség nyugalma lép. Megbecsülöm a mindennapos napkeltét, ujjong feléje a szívem, mint azelőtt, — mégis jobb szeretem most a leáldozását, hosszú, ferde sugarait csendes, kiengesztelődött, megindult sejtelseivel, a kedves képekkel egész hosszú, áldott életemből. Mindenek fölött pedig ott lebeg Isten békét ajándékozó, mindent megbocsátó igazságossága... Minden bealkonyuló nappal inkább érzem, hogyan folyik egybe földi életem egy új, végtelen étellel.”

Willibrord Verkade szavai tömören foglalják össze mind a kétfajta szemléletet: „Megöregedni annyi, mint lassan belesimulni az Istennel való egyedüllétbe, hozzákapcsolódni a lényegeshez, szabadnak lenni a csalódásoktól és a hiú foglalatosságoktól, egy veszélyes utazás után kikötni Istenben.”

Az imádság ideje

Indiai közmondás: „A gyermek játszik, a felnőtt dolgozik, az öregember imádkozik.” Imádkozó öregek látványa igen gyakori — olyannyira, hogy néha már-már hajlamosak vagyunk azt gondolni: az imádság csak „öregeknek való”. Ez persze nem áll. Az sem biztos, hogy öreg fejjel az ember jobb imádkozó lesz, mint fiatalságában volt. De mindenesetre „hitelesebb” imádkozóvá lehet. Az öregkor több ideje, visszavonultsága, nagyobb magánya (mindaz, amit az angol „leisure” szó sűrít találóan), a szemlélődésnek, a függetlenségnek az a lelkülete, amelyről már szó volt, mindenképpen kedvező légköre az imádságnak. Mindenekelőtt az imádásnak és a hálaadásnak:

Téged Isten dicsérlek
és hálát adok mindenért.

... Hogy megmutattál mindent, ami szép
és megmutattál mindent, ami rút,
hála legyen.

... Hogy sohasem féltem a szeretettől
és szerethettem, akik nem szerettek,
hála legyen.

... Hogy tegnap azt mondhattam: úgy legyen!
és ma is kiálthatom: úgy legyen!
és holnap és holnapután azután is
akarom énekelni: úgy legyen! —
hála legyen, Uram!
hála legyen!

(Sík Sándor: Te Deum)

Vianney Szent János beszél egy öregemberről, aki nap mint nap órákig elüldögélt a templomban az Oltáriszentség előtt. Egyszer megkérdezte: mit mond ilyenkor a jó Istennek? „Nem mondok én semmit.” „Hát?” „Ő néz engem és én is nézem őt, és a szívem úgy fölmelegszik”. Ez a „semmi” persze a legmagasabb és a legmélyebb imádság, amit az ember Istennek adhat. Ugyanaz, amit Paul Claudel így fejez ki:

Dél van. A templom nyitva áll. Belépek.
Jézus anyja, nem azért jöttem, hogy kérjek.
Nincs amért könyörögjek vagy amit felajánljak
neked.

Csak azért jöttem, Szűzanya, hogy nézzelek.
Semmit se szóljak, arcodon merengvén
hagyjam, hadd énekeljen szívem a maga nyelvén.

(Délben a Szűzanyánál. Rónay György fordítása)

Vagy Kis Teréz utolsó napjaiban: „Nem mondok neki semmit, csak szeretem!” Vagy XXIII. János: „Ő Jézus, íme előtted állok, szemlélek, amint a kereszt kínját és halálát szenveded értem. Itt állok megöregedve, szolgálatom és életem végéhez közel.

Szoríts szívedhez nagyon erősen, hogy egy legyen a szívdobbanásunk is.”

A kérésnek, a közbenjárásnak is nagy oszlopai ezek az imádkozó öregek. Jó, ha ezen a téren „feladatokat” kapnak a fiatalabbaktól, ha érzik, hogy igénylik közbenjárásukat, segíthetnek vele, nyugodt odaadásukba zárhatják az étellel viaskodók lázas munkáját. Sok mindent nem csinálhatnak már abból, amit szerettek. Sok mindenben nem segíthetnek többé azoknak, akiket szeretnek. De tehetik, jobban mint valaha, a legeslegfontosabbat: állandóan Isten elé vinni önmagukat, szeretteiket, a világ nagy ügyeit — amelyek iránt az érzéket öregkorban sem szabad elveszteni —, és az ő áldását, kegyelmét kérni minderre. Egy trappista fráter jelmondata volt: „Legnagyobb munkám a közbenjárás azokért, akik közel állnak hozzám és drágák nekem.” És a jezsuitáknál az öregek feladatát így szokták összefoglalni: orat pro Societate, imádkozik a Társaságért. Ez a feladat mindig időszerű marad és mindennap újra lehet kezdeni.

Aki egész életében közel állt Istenhez, annak bizonyára nem esik nehezére, hogy többet beszélgeszen vele akkor, amikor már közel érzi a nagy találkozást vele. De vajon aki élete során elhanyagolta ezt a művészetet, annak van-e lehetősége, hogy öreg napjaira „megtanulja”, hogyan kell imádkozni? — Igen. Sohasem késő: életünk minden pillanatában utolérhet bennünket Isten készenlétben álló kegyelme, hisz csak azt várja, hogy mi feléje forduljunk.

Persze ez nem mindig kellemes. Az imádság: kapcsolat Istennel. Isten pedig maga az Igazság, szava „élesebb minden kétélű kardnál, behatol és szétválaszt lelket meg szellemet, ízet és velőt, ítél a szív gondolatairól és érzületéről” (Zsid 4,12). Az imádság kiégeti belőlünk sok dédelgetett hazugságunkat — és ez fájdalmas lehet. De éppen ez az igazi fiatalság útja. Mert a hazugság kérgessé, keménnyé, öreggé teszi a szívet. Az igazság megszabadít és megfiatalít. Az imádságban az a Lélek munkálkodik bennünk, aki

„megújítja a föld színét”, bennünket is. Az Úr azt magyarázza Nikodémusnak, hogy újjá kell születnünk vízből és Szentlélekből. A törvénytudó nem érti, hogyan születhet újjá az, aki vén. Jézus magyarázat helyett rámutat a Szentlélek titokzatos működésére: „A szél ott fúj, ahol akar: hallod ugyan a hangját, de nem tudod, honnan jő és merre megy; így van mindenkivel, aki a lélekből születik” (Jn 3, 3-8). „A Szentlélek számára nyílt és tanulékony ember úgy nézi évei múlását, mint a magasból jövő szélről sodort levelek tovaúszását, s mindennap átéli annak a mozgásnak újdonságát, amelynek irányvonalát csak Isten ismeri” (Sr. M. Cymbalista).

A Szentháromság életének és szeretetének megosztása

Sok keresztény idősebb éveiben újfajta megértéssel tud behatolni a keresztény hit központi titkába, a Szentháromságba. A Szentháromság három személye közötti élet- és szeretetcserének a megosztása egyesek számára a leginkább alkotó módja annak, hogy szembeszállhassanak az öregkor magányával.

Nem mondhatjuk azt, hogy a Szentháromság tana „csak felnőtteknek” való, hiszen hitünk központi tanítása. De úgy tűnik, hogy Krisztusnak ez a legmélyebb kinyilatkoztatása különösen az érett felnőttek és az idősebbek előtt mutatkozik meg igazi jelentőségében. A sokféle emberi viszony szépségeinek és korlátainak megtapasztalása után az idősebb ember mintha egészen sajátos módon készen állna, hogy mélyebben résztvegyen az életnek és a szeretetnek abban a tökéletes cseréjében, amely a Szentháromság három személye között árad ide-oda.

Amikor először tanítottam hittanra Tokióban nem-keresztény japánokat, legjobban a Szentháromságról szóló óráról féltam. Hogyan értessem meg a keresztény hit legnehezebb, de legközpontibb misztériumát az én katekumenjeimmel, és hogyan fogadják majd?

Kellemes meglepetés ért. Éppen a Szentháromság tanát találta sok hitjelöltem — főleg az öregebbek — a legvonzóbbnak és leginkább sokatmondónak.

Frank Sheed, aki gyakran beszélt a londoni Hyde Parkban a Szentháromságról, ugyanúgy megfigyelte, milyen megragadóan hatott ez a tanítás a közönséges mindennapi emberre. Érdekes magyarázatát is megkísérelte ennek a figyelemreméltó ténynek. Hasonlata a következő: Amikor az ember hirtelen a Szentháromság misztériumának befolyása alá kerül, annak varázsa olyan, mint amikor fölismeri magát egy eddig még sohasem látott fényképén. Elbűvöli az, hogy sajátmagát (az eredetit) másolatban, reprodukcióban látja. Amikor az ember először értesül a Szentháromság titkáról, hasonlót tapasztal, de fordítva. Itt nem az eredeti ismer rá képmására, hanem a képmás fedezi föl az Eredetit — és ez elbűvöli.

Amikor egyidőre visszatértem a keresztény nyugatra, gyakran kérdeztem magamtól: hogy van az, hogy a Szentháromságról szóló, önmagában annyira vonzó tanítás nem játszik középpontibb szerepet az átlagkeresztény vallási tudatában, lelkiiségében és erkölcsi életében. Sok hitoktató és egyházi szónok azt mondaná erre: „Túlságosan nehéz elmagyarázni, meg aztán nem látom, mért olyan fontos.” Pedig mindazok között az igazságok között, amelyeket Krisztus kinyilatkoztatott nekünk, egy sem ennyire mély, ekkora hatósugarú. Magáról Istenről szól és az emberről, aki a háromegy Isten képmására van teremtvé. Miért vállalt volna Krisztus annyi viszontagságot, hogy tudtunkra adja: Istenben három személy van, ha ennek nincs valódi jelentősége keresztény életünkre nézve? Isten bizonyára nem azért nyilatkoztatta ki nekünk ezt az igazságot, hogy valami isteni találós mesét adjon föl, vagy hogy a hitoktatóknak legyen mivel kínlódni ennek a mély titoknak magyarázatakor. Inkább azért nyilatkoztatta ki nekünk a Szentháromság misztériumát, mert ez fényt vet arra, hogyan lettünk és hogyan éljük életünket, hogy az valamirevaló és kielégítő legyen.

Isten nem remete, nem elszigetelt egyén módjára létezik. Hanem isteni lényén belül közösség áll fönn. Jézus Krisztus egy-egy villanásnyi betekintést nyújt nekünk ebbe a mélységes szeretetközösségbe a három isteni személy között: „Az Atya szereti a Fiút” (Jn 5,35). „Én és az Atya egy vagyunk” (Jn 10,30). „Az Atya bennem van és én az Atyában” (Jn 10,38). „Az igazság Lelke, aki az Atyától származik, tanúskodik majd rólam” (Jn 15,26).

Isten élete természeténél fogva társas élet. Isten létmódja a három isteni Személy társasága és barátsága. A Szentháromságban minden személy csak a többihez való vonatkozásában létezik, és csak úgy egészen önmaga, hogy a többi számára van, a végtelen szeretet adásának és visszakapásának folyamatában. A Szentháromság az ellentétek legfelsőbb összhangja: az egység legtökéletesebb formája egybeesik a három isteni személy egymástól különböző valóságával. Lényük önállósága nem csökken azáltal, hogy adják magukat, hanem inkább az önátadás mértékében növekszik. Így a Szentháromság, mint minden személyiségnek és minden közösségnek forrása és mintája megmutatja nekünk, hogy a személy legmagasabb tökéletessége nem az önállítás, elszigetelődés és függetlenség, inkább a nyitottság és a szerető önátadás másoknak.

Az ember az idők kezdete óta kérdéseket tett fel magának önmagára vonatkozólag, és fokozatosan értette meg saját természetét és létét. De az emberi önmegértés hosszú útjának minden fölfedezése között a legfontosabb Krisztus forradalmi kinyilatkoztatása volt: az ember a háromegy Isten képére van teremtvé, és „képes az isteni természetben való részesedésre” (2Pét 1,4). Az emberi faj hosszú történelme során az ember sohasem jutott el ilyen mély belátásra önmagáról. Ez az óriási kinyilatkoztatás nem hirtelen, egycsapásra lett osztályrésze, hanem lassan, több stádiumban derengett föl előtte. A Genézis elmondja, hogy Isten így szólt: „Teremtsünk embert a mi képünkre és hasonlatosságunkra” (Ter 1,26). De

hogy Isten egyáltalán nem „remete”, hanem hármasegy Isten, éppen a három isteni személy élő egysége, és hogy következésképpen az ember mint a Szentháromság képmása trinitárius struktúrájú — ezt csak Jézus Krisztus kinyilatkoztatása közölte az emberrel.

Roppant erkölcsi következményei vannak az ember új keresztény önértelmezésének: hogy ő a Szentháromság képmása. Amint Isten nem magányos és elszigetelt egyedként létezik, hanem a három személy szerető közlekedésében, éppúgy a háromszemélyű Isten képmására alkotott ember létének lényege szerint közösségi, viszony-lény. Csak a szeretet és a másokkal való közlekedés dialógikus viszonyában találja meg igazi önmagát és válik egészen emberivé.

Az ember viszony-igényű természetére alapozott etika egyik közvetlen következménye korunk nyugati individualizmusának visszautasítása. Nincs az individualizmusnak mélyebb cáfolata, mint az a tény, hogy az ember léte gyökerében Isten képmása, Isten pedig lényegileg közösség. Isten háromszemélyű valósága minden emberi közösség végső alapja és eredete. Isten azért akarja közösségben az embert, mert ő maga is közösségben létezik, az embert pedig saját háromságos képmására teremtette. Ugyanez az elv magyarázza meg azt is, miért olyan radikális Jézus Krisztus a felebaráti szeretet terén. Minthogy az ember struktúrája a Szentháromságéhoz hasonló, annak személyek közti életteljességével, azért rendeltetése az, hogy a szerető közösség életét élje embertársaival, lényének legmélyebb szintjén.

Könyvünk első fejezetében láttuk, hogy nyugati civilizációnk túlságosan hangsúlyozta az egyén függetlenségét és önállóságát, és elhanyagolta a szolidaritás és közösség értékeit. Mindnyájan tapasztaljuk, milyen gyorsan bomlik társadalmunk a gáttalan individualizmus következtében. Az öregek, akik a leginkább szenvednek az elszigetelődés és magányosság terhétől, nagyon vágnak túljutni a társadalom

atomizálódásán, és szeretnék újra megtalálni a közösségi érzéket.

A probléma sürgető voltát újabban szociológusok és teológusok egyaránt hangsúlyozzák. A szociológus Philip Slater pl. „A magányosság hajszolása” c. könyvében elemezte azokat a társadalmi és lélektani erőket, amelyek szétszakítják az amerikai társadalmat. Slater szerint az amerikai kultúra egyedülálló módon megghiúsítja a három mély emberi vágyat: a közösség, az elkötelezés és a függés vágyát. Amerika legtöbb jelenlegi zavarának gyökere a túlzott individualizmus. Minthogy „a hatalmaskodó individualizmus nem járható megalapozása az atomkori társadalomnak”, azért túl kell jutnunk ezen a gáttalan individualizmuson, és új közösségi érzéket kell kifejlesztenünk. Ha nem valósítjuk meg társadalmunk radikális újjászervezését, Amerikának vége.

Az ember nem elsődlegesen individualista, és aztán másodlagosan szociális lény. Inkább természeténél fogva más személyek felé, a „te” felé irányul, és csak az a dinamikus folyamat teheti egészen önmagává és teljesen emberivé, amikor egy emberi közösségben utánozza a Szentháromság három személyének életét: a szeretet kölcsönös adását és befogadását. Mindaz, ami megakadályozza, hogy teljesen rendelkezésére álljon másoknak, ugyanakkor abban is akadályozza, hogy teljesen önmaga legyen.

Láttuk, hogy idősebb embereknek több idejük és módjuk van elmélkedésre és imádságra. A háromságos Istenhez való elmélkedő közeledés roppantul gazdagító élmény lehet az öregedő embernek. Amikor elmélkedésének folyamán osztozik a benső szentháromságos életben és szeretetben, akkor a Szentháromság kinyilatkoztatja neki magát mint Atya, Fiú és Szentlélek, és villanásszerű betekintést enged a háromszemélyű szeretetközösség végtelen gazdagságába és szépségébe. Amint az ember hagyja, hogy magához vonja, magába merítse a három isteni személy közt ide-oda hullámozó hatalmas élet árapálya, a végtelen élet érintése egészen új életre ébresztheti.

A Szentháromság életében való elmélkedő osztozás itt a földön méginkább tudatára ébreszt majd annak, hogy a feltámadott Krisztus jelen van bennünk, és már most belecsepegteti az öregedő testbe azt az új isteni életet és szeretetet, amely sohasem öregszik meg, sohasem csökken. Az ilyen szemlélődő osztozás a Szentháromság életében mindig növekvő óhajt és vágyat kelt bennünk ennek a szeretetcserének tökéletesebb beteljesedésére. Újra fölkelti a keresztények között azt az eszkatológikus vágyat, ami a korai Egyházban olyan élénken élt. „Sóhajtozunk, amint várunk, mert szeretnénk beköltözni mennyei otthonunkba” (2Kor 5,2). Vagy ahogyan két évezred múlva Teilhard de Chardin fogalmazza, Krisztusról, az Omegapontról írva: „Az öregség tőle jön; az öregség hozzá vezet; az öregség csak annyira vesz erőt rajtam, amennyire ő kiméri. Feléje megyünk, a Közeledő felé.”

Abban a mértékben, ahogyan Isten saját trinitárius élete és szeretete bizalmas bensőségébe vonz, növekedni fog a teljesebb egység utáni vágyunk. Olyan ez, mint két fiatal szerelmes élménye: megízlelték egymás iránti gyengéd érzelmeik szépségét, és most hatalmas vonzás hajtja őket a házastársi szeretet beteljesülése felé. Ha az örök szentháromságos élet hatalmas árapálya megérintette az embert, csilapíthatatlan vágy kel benne, hogy egészen magával sodorja, és még mélyebben osztozzék a szeretetnek ebben a legnagyobb közösségében, a Szentháromság ölén.

Az öregkor gazdagító élménnyé válhat, ha arra viszi az embert, hogy teljesebben résztvegyen a végtelen önátadás és végtelen szeretetbefogadás személyes viszonyában, aminek a Szentháromságban vagyunk tanúi. Itt megtaláljuk a tökéletes őstípusát annak, amire minden személyek közötti igazi szeretet szüntelenül törekszik: hogy egy legyen a másikkal, és mégse veszítse el ebben a közösségben saját identitását, sőt fölfedezze azt. A Szentháromság megmutatja nekünk, hogy ez a remek paradoxon lehetséges:

minél inkább odaadod magad a szeretett személynek, annál jobban azzá válsz, aki valójában vagy. Az öregedő ember sosem álmodott új mélységét érheti el az én — te találkozásnak, ha engedi, hogy a Szentháromság három személye között áramló dinamikus élet- és szeretetfolyam magával ragadja. A háromságos szeretetben való osztozás mérhetetlen tömegű új szeretetenergiát szabadíthat fel az emberben, amely idáig talán még aludt, arra várva, hogy valami felszítsa, lángra gyújtsa.

Amellett, hogy a Szentháromság szeretetében való benső osztozás mélységes felelet az öregkori magány problémájára, egy dialektikus folyamat kezdetévé is válik: egyszerre gazdagodik Istenhez és embertársainkhoz való viszonyunk. Vagyis minél mélyebben kerül bele az ember az istenszeretet főnséges dialógusába, minél inkább megosztja a három isteni személy közös szeretetét, annál inkább képes mások szeretetére és szolgálatára szentelni magát.

A mennyben egy örökkévalóságon át az lesz a dolgunk, hogy mélyen résztvegyünk az Atya, a Fiú és a Szentlélek egymás iránti szeretetében. Ez viszont arra képesít, hogy igazabban találkozzunk a mennyben lévő testvéreinkkel. Ha az öregedő ember igyekszik mindjobban behatolni a Szentháromság tökéletes szeretet-dialógusába, ez örök jövődjének ideális elkezdése és elővételezése.

„Az Atyához megyek”

Kiegyezni a közeledő halál elkerülhetetlen tényével: ezt a feladatot is meg kell oldania minden öregedő embernek. Gyakran megdöbbenő, milyen éretlenek tudnak lenni egyes öregek, ha olyan alapvető ténnyel kerülnek szembe, mint a halál. Emlékszem egy hetvenéves férfira, aki úgy félt tőle, hogy ha csak kiejtették ezt a szót, kiszaladt a szobából. Egy nap odaadtam neki azt a gyönyörű levelet, amelyet Mozart írt a halálról 31 éves korában. Az öreg később

elmondta, hogy elszégyelte magát és megváltoztatta viselkedését, amikor látta a nagy ellentétet: milyen éretten közeledett nemsokára bekövetkező halála felé a még nem egészen félannyi idős Mozart. A zeneszerző tudvalevőleg 35 éves korában halt meg. Négy évvel előbb így írt édesapjának: „Minthogy a halál (szabatosan szólva) életünk igazi végcélja, az elmúlt néhány évben gondom volt rá, hogy megismerjem az embernek ezt az igazi, ezt a legjobb barátját. Olyan jó ismeretségbe kerültem vele, hogy a rágondolás nemcsak hogy nem rémít meg, hanem egyenesen nagy vigasztalást és lelki békét hoz. Köszönöm Istenemnek, hogy megadta nekem az alkalmat rá, hogy a halálban fölismerjem igazi boldogságunk kulcsát. Sohasem fekszem le anélkül, hogy meg ne gondolnám: talán, bármilyen fiatal is vagyok, másnap reggel már nem élek. És senki, aki ismer, nem foghatja rám, hogy a társas érintkezésben mogorva vagy szomorú lennék. Ezért a boldogságért mindennap köszönetet mondok Teremtőmnek, és egész szívemből kívánom minden embertársamnak is” (1787. ápr. 4). Mozart érezte, hogy élete hamarosan végetér, és 31 éves korában érett, sőt örvendező magatartásra tudott eljutni a halál iránt. Sok embernek hetven évébe kerül elérnie ezt.

A Makkabeusok könyve megragadóan írja le az „élemedett korú és tisztos külsejű” Eleázár beszéltetését a halállal, és ennek hatását. Antiohusz Epifánesz zsidóüldözése idején vallási törvényeinek megszegésére akarják rákényszeríteni. Barátai szeretnék rábeszélni, hogy színleg tegyen eleget a parancsnak. „Ő azonban arra a tiszteletre gondolt, amely korát és öregségét méltán megillette és arra a veleszületett nemességre, amelyben megőszült, valamint azokra az erényes cselekedetekre, amelyeket gyermekkorától fogva gyakorolt, majd a szent és Isten által hozott törvény értelmében tüstént választott és kijelentette, hogy küldjék csak inkább az alvilágba. Mert nem illik — úgy mond — a színlelés a mi korunkhoz. Sok ifjú ugyanis abban a hitben volna,

hogy a pogányok ételére tért át a kilencvenéves Eleázár, és így tévútra vezetné őket az én színlelésem, s egy múlt élet parányi idejéhez való ragaszkodásom. Ezáltal pedig szégyent és átkot hívnék le vénségemre. Az emberek büntetésétől jelen pillanatra megszabadulnék ugyan, a Mindenható kezét azonban sem élve, sem halva el nem kerülhetem. Azért elszántan válok meg életemtől, így legalább méltónak mutatom magam az öreg korra. Készséges szívvel és bátorsággal halok tisztos halált a magasztos és szent törvényekért, hogy nemes példát adjak az ifjaknak. — E szavakra legott a vesztőhelyre hurcolták. Így halt meg, és halálának emlékét mint a hősiesség és bátorság példaképét hagyta hátra nemcsak az ifjaknak, hanem az egész nemzetnek is” (2Makk 6).

Hasonló ehhez az egyháztörténelemben Szent Polikárp esete, akit Kr. u. 115-ben Rómában máglyán égettek el. Amikor hittagadásra akarták bírni, ezekkel a gyönyörű szavakkal felelt: „Nyolcvanhat éve szolgálom Krisztusnak és soha a legkisebb rosszat nem tette nekem; hogyan mondhatnék hát átkot királyomra, aki megmentett?”

Sok keresztény elképzelése a halál utáni életről túlságosan szűk. A mennyországra kizárólag mint „örök nyugalomra” és „Isten látására” gondolnak. Ez a két fogalom korlátolt értelemben helyes, de mégis eltorzítja az örök élet igazi jelentőségét, mert inkább negatív és passzív képet ad a mennyről. A trinitárius lelkiség világánál a mennyet és az örök életet úgy látjuk, mint az ember legfelsőbbfokú alkotó lehetőségét: aktív részvételt a három isteni személy tökéletes életében és szeretetében, valamint teremtő tevékenységében. Az „örök nyugalom” és „boldogító színről-színre látás” kifejezések korlátozott érvényessége megmarad: csakugyan „nyugodni” fogunk annyiban, hogy ott már nem lesz fárasztó és unalmas munka, vagy bármi kényszerű, kimerítő tevékenység; az is igaz, hogy Isten lelket gazdagító „látásában” fogunk részesülni, hiszen a Szentháromság szépsége kimeríthetetlen. De a hangsúlyt ne a negatív és pasz-

szív oldalra tegyük, inkább az örök lakoma örvendező megülésére, személyes közösségben az Atyával, Fiúval és Szentlélekkel, és a szeretetben átalakult emberi lények egész közösségével.

Szépen foglalja össze ezt a költő:

Most válik el

Küldetett minden tehozzád követként:

Lásd, mi lehetnél,

Ha egyszer amúgy Isten szíve kedvént

Megemberednél.

Elég a gubbasztás, öreg gubó,

Bezárt magadban:

Kaland az élet most is, izgató,

Mint húszéves korodban.

Öregsünk? Élünk! Még távol vagyunk a
Tőlünk telőtül.

Most hívja még csak mesterét a munka:

Kezdünk, előlrül.

Most válik el, hogy mit érlelt a csend

A dús napokban.

Pihenni ráérsz, — majd, majd odalent,

Majd százéves korodban.

Azazhogy állni, nyugalomra térni

Még ott se számíts:

Mozogva kell a Mozgatót elérni.

Fény vagy? — Világíts!

Most válik el, ha megfogantatott

A szikra benned:

Fellobban-e itt, fellobban-e ott:

A végtelennek!

(Sík Sándor)

Vannak, akik homlokukat ráncolják arra a gondolatra, hogy az eljövendő mennyei élet felé fordítsuk figyelmünket. Azt mondják: ez csak kibúvó az ember földi felelőssége alól. Egyes esetekben

csakugyan lehetséges, hogy a mennyországra gondolás menekülés az adott helyzetből, amit pedig az illetőnek itt a földön kellene megoldania. De a mennyország gondolata a keresztény lélekben szépen megfér a földi felelősség vállalásával, sőt éppen ez ösztönöz a leginkább egyetlen életünk idejének és lehetőségeinek kihasználására. Látjuk ezt a szentekben. Az öreg Toursi Márton pl. halálos ágyán azt mondta: „Uram, ha népednek még szükséges vagyok, nem utasítom vissza a fáradságot: legyen a te akaratod!” Szent Ignác mondása, hogy egyetlen lélekért a világ végéig is hajlandó lenne a földön maradni. És a „feloszlni és Krisztusnál lenni” vágyó Pál belátja, hogy apostoli működésére még szükségük van híveinek, és szívesen vállalja ezt a kedvükért (Fil 1,23). — Azután meg öregkorban az ember néha odáig juthat, hogy már nincs semmi aktív feladata a földön, élete művét elvégezte, és elérkezett az elviselhetetlen magányosság és kín pontjára. Aki például végbélrákban szenved, annak vajmi kevés várnivalója van még az élettől. Ha az ember idáig jut és a földi élet már nem kínál semmi kilátást és reményt jobb napokra, jó, ha kezénél van néhány szentírási szöveg, amely leírja jövőendő mennyei életünk örömeit és vigasztalásait.

Egyik ilyen szöveg Krisztus utolsóvacsorai búcsúbeszédéből való: „Ne nyugtalanodjék szívetek! Higgyetek az Istenben, én bennem is higgyetek. Az én Atyám házában sok lakás van, ha nem így volna, megmondottam volna nektek, hiszen azért megyek, hogy helyet készítsek nektek. Ha aztán elmentem és helyet készítettem számotokra, újra eljövök, magamhoz veszek titeket, hogy ahol én vagyok, ti is ott legyetek” (Jn 14,1-3). Egy másik gyönyörű leírását a jövőendő mennyei életnek a Jelenések könyvében találjuk: „Nem éheznek és nem szomjaznak többé, a nap nem égeti őket, sem másfajta hőség, mert a Bárány, aki a trón közepén áll, legelteti és az élő vizek forrásához tereli őket, az Isten pedig letöröl a szemükről minden könnyet” (Jel 7,16-17).

Szent Pál hangoztatja, hogy a menny szépsége és

harmóniája messze meghalad mindent, amit láttunk vagy hallottunk: „Amit szem nem látott, fül nem hallott, ember elméjébe föl nem hatolt, mindazt készíti Isten azoknak, akik őt szeretik” (1Kor 2,9). Amikor az öreg János apostol az Apokalipszist írta Patmosz szigetén, egészen elárasztotta a jövőendő élet öröme és boldogsága: „Erre szózatot hallottam az égből: Jegyezd fel: Boldogok a halottak, akik az Űrban halnak meg! Igen, boldogok, mondja a Lélek; most nyugodhatnak mindörökre munkájuk után, mert jótetteik elkísérik őket” (Jel 14,13). Végül Pálnak egy egyszerű, de megragadó gondolata: „Így mindig az Űrral leszünk. Vigasztaljátok egymást ezekkel a szavakkal” (1Tessz 4,17).

Holtig-e vagy hazáig?

Pozitív módon megöregedni olyan, mint átszelni a pusztát, útban az ígéret földjére. Az öregedés ráébreszti az embert, milyen ingatagok és mulandók a dolgok az életben. Vagyon és külső teljesítmények, szépség és egészség: mind tűnékeny és veszendő. De a dolgok mulandóságának megtapasztalása még csak az érem egyik oldala. Az öregedő emberben új érzék ébred a maradandó, az örök iránt is. A fogyatkozó emberi élet kellős közepén, a háromezgy Istennel egyesülve megújulhat, elmélyülhet a soha véget nem érő örök életbe vetett hite. Az örökkétartó jövőendő dimenziója meleg, tündöklő világosságként ragyogja be a jelent és mindenestül új értelmet és reményt ad neki. Valahogy úgy, ahogyan Nébó hegyén az öreg Mózes halálát megédesítette az ígéret földjének szeme előtt kibontakozó látványa. Vagy még inkább úgy, ahogyan az öreg Simeon kiáltott fel Jézus láttán: „Most bocsásd el, Uram, szolgádat békességben, mert látták szemeim az Űdvözítőt!”

Az ember tudja ugyan, hogy még át kell haladnia a szenvedés és a halál kapuján, de azt is tudja, hogy ez a végső, létfontosságú lépés osztozás lesz Jézus

Krisztus szenvedésében és halálában, átmenet a feltámadásba és az örök életbe a Szentháromságban élő, dicsőséges, feltámadott Krisztussal. Öregedésünk folyamatát tehát immár úgy fogjuk látni, mint a nagylelkű önjárandékozásnak, gyarapodásnak, kiteljesedésnek fontos szakaszát, amely tetőpontját a szenvedő, halálba menő és feltámadó Krisztussal való teljes egyesülésben éri el.

Az ilyen embernek a megöregedés annyit jelent, mint gyötrelmes és mégis dicsőséges útra kelni a pusztán át az ígélet földje felé.

Arany János, a magyar népi ivadék, igazi nekünkvaló módon sűríti négy sorba ezt:

Sejtelem

Életem hatvanhatodik évébe,
Köt engemet a jó Isten kérébe,
Betakarít régi rakott csűrébe,
Vet helyemre más gabonát cserébe.

A népdal hangján, a népdal ritmusában, a paraszti élet képeivel, játékos-tréfálkozó formában a legnagyobb igazságokat érezteti meg ez a négy sor. Világtörvény az elmúlás. Mi is feltartóztathatatlanul útban vagyunk a „régirakott csűr”, az örök haza felé. Nyomunkban ott az új nemzedék. De jó Gazda kezében vagyunk. A négysoros kis mondat egyetlen alanya „a jó Isten”. Ő hív magához, ő visz be magtárába, ő küldi az utódokat. Ő élet és halál, idő és örökkévalóság ura. Azért tud a halálsejtelem is nyugodt szemlélődéssé, csendes humorrá olvadni annak lelkében, aki hisz. Aki úgy hull élete végén éretten az Isten kezébe, mint ahogy az érett gyümölcs a puha fűbe, a búzaszem az áldott anyaföldbe.

FÜGGELÉK

Trudi Tibbe

ÉLET A HALÁL MEZSGYÉJÉN

Mint egy ugrás az életbe, olyan volt a születésem, mintha csak alig győzném kívánni, hogy birtokba vehessem, — így beszélte el gyakran az édesanyám. És többnyire hozzátette: „Talán azért élsz olyan szívesen és olyan intenzíven.”

Az élet nem csalt meg. Ahogy mondani szokás, a napos oldalán jártam, és csordultig volt élményekkel. Hálás vagyok minden egyes átélt napért.

Mint egy ugrás az élet kellős közepéből kifelé, olyan lesz egyszer a halálom, — így képzeltem, így kívántam. De az ember nem maga kezdi el az életet, nem maga építi és nem maga fejezi be.

Másképpen történt, mint ahogy elképzeltem, ahogy kívántam. Rosszindulatú betegség támadott meg „életem delén”. És most felvetődik a keserű kérdés: Életnek lehet-e még egyáltalán nevezni a szenvedést ebben a pusztító, biztosan halálba vivő betegségben? Nem inkább lassú, következetes haldoklás-e, vagy — a feltartóztatására törekvő mindenféle orvosi beavatkozással együtt — szörnyűséges bontás, felbomlás darabról-darabra, míg aztán a végén semmi sem marad — és ez a halál? Vagy pedig ebben a betegségben most az élet másik felét kell elfogadni, és abba illeszkedni bele?

Azt hiszem, igen.

Hogyan történhet meg ez? Megpróbáltam és mindig újra próbálok feleletet találni rá. Most hát megkockáztatom, hogy továbbadjam, amit eddig találtam, azokra való tekintettel, akik hasonló helyzetben vannak, meg azokra, akiknek ilyenekkel van dolguk.

Megmondani az igazat a betegségről

Legfontosabb az, hogy kezdettől fogva helyesen állítsuk be a váltókat ezen az úton. Arra gondolok, hogy az ember ne zárja be a szemét a valóság elől, hanem kezdettől világosan mérje fel a helyzetet. Jó, hogy mindjárt első operációmmal olyan sebészhez jutottam, akit megkérhettem: tegyen az éjjeliszekrényre egy cédulát, és mikor fölébredtem a narkózisból, ebből megtudtam a műtét kimenetelét. Így lassacskán ráébredtem az igazságra állapotomat illetően. Semmi kétség, borzasztó ráébredés volt. De tudtam magam mihez tartani. Nem kellett néma kérdéseimre válaszul a nővérek bizonyára jószándékú, de képmutató vigasztalásait hallgatnom: „Csak ártalmatlan dolog, hamarosan kiheveri” — hogy utána a csalódás annál mélyebb legyen. Megmenekültem attól, hogy a szobámban másképpen beszéljenek, mint kinn az ajtó előtt. Fölöslegessé vált a sugdolózás: „Hallotta — valami rosszindulatú dolog, de csitt, ő semmit se tud!” Elhangzott a szó: „rák” — magam is kimondtam. Nem kellett lealacsonyodnom tapintatlan vigasztalók bátorításaitól: „Csak derekasan enni. Akkor majd megint jó lesz!” — mintha gyerek volnék, aki még nem, — vagy vén hülye, aki már nem tud háromig számolni.

Így megmaradt emberi méltóságom, amely elválaszthatatlan az embertől. Embermódra élhettem tovább. Legfontosabb ebben az volt, hogy én is, hozzátartozóim is megkíméltük magunkat a szomorú szembekötősdítől: Csak semmit sem mondani! Csak észre ne vegyen semmit! Hogy beárnyalta volna, milyen kinná tette volna ez még hátralevő napjainkat, hónapjainkat! Most nyíltan és józanul beszélhettünk róla, közös elhatározásokat tehettünk, elrendezhettünk külső ügyeket és továbbra is egész természetesen érintkezhettünk egymással. Így nem keletkeztek közöttünk korlátok. Együtt maradtunk, — milyen szükség volt erre éppen most —, és közelebb kerülünk egymáshoz.

Ilyenformán a könyörtelen cezúra ellenére emberként élhettem tovább.

Tiszta, szabad levegőben lélegezhettem, amilyet csak az igazság teremt.

De még egyszer: jó, hogy az igazság már az elején ott volt. Minél tovább hitegetnek egy beteget, minél tovább hányódik-vetődik, őrlődik remények és csalódások között, annál nehezebb és borzalmasabb lesz neki, hogy aztán egyszerre szemébe mondják a szomorú igazságot. Meg szabad-e ezt egyáltalán tenni akkor, mikor már olyan gyenge, hogy nincs többé bevetni való ereje a betegséggel szemben?

Küzdelem a betegség ellen

Mert ha egyszer már a helyzet világos, akkor erről van szó: jól szemügyre venni a betegséget mint ellenséget, és — elfogadni a kihívást. Nincs értelme még ilyenkor is az orvosra haragudni, hogy nem avatkozott be elég korán; nincs értelme a vaksorsot vádolni; annak sincs értelme — és nem is keresztényibb —, hogy időnap előtt Isten akaratáról beszéljünk, tétlenül megadjuk magunkat és belenyugodjunk sorsunkba. Hát Isten okozza a betegségeket? Ő suhogtatja a rákot, mint „az emberiség ostorát”? Nem inkább olyan Isten-e ő, aki életet alkot és életet akar? Jézus küzdelmét a betegség és halál ellen és az újtestamentum csodaleírásait csak úgy érthetem, mint tanúbizonyságot arról az Istenről, aki élet és életet akar.

Az élet ezen Istenébe vetett hitnek minden erőt mozgósítania kell ellenségünk: a betegség ellen vívott küzdelmünkben. Magának a betegnek is küzdenie kell az orvos oldalán a betegség és a halál ellen, Istenre szegezett szemmel, aki az életet akarja.

Ezt a közös küzdelmet a betegség ellen sok vereség jellemzi, és a végső alulmaradás bizonyos. De mindig újra akadnak apró győzelmek is a küzdelem terén, s

ezek mind a beteg, mind az orvos számára az élet nagy jeleivé lehetnek.

Amikor egyik nap orvosom javulást állapít meg és vidáman odaszól: „Gratulálok!”, visszadobom a labdát: „Én gratulálok Önnek!” Jobban megtanultam tisztelni annál orvosi tudását és fáradhatatlan odaadását, mint hogy most lenne képem lebecsülni teljesítményét és azt mondani: „Ez nem Ön volt, ez az Isten volt!” De mikor ezt feleli: „Jót tesz az embernek, ha ilyesmit is megélhet” — kimondatlanul is ott találjuk magunkat annál az Istennél, aki az élet csodáit teremti a halál peremén. És amikor később egy operációból úgy ébredek, hogy nem érzem az előtte még kínzó fájdalmakat, és az orvos azt mondja: „Nem csodálatos ez?” — csak azt mondhatom: „Igen, ez csoda.”

Biztos, hogy ezek kicsiny győzelmek az objektív tényálláshoz viszonyítva, de elég alap arra, hogy szívből köszönetet mondjunk, például a zsoltár szavával: „Mégegyszer nekem ajándékozta az életet, amikor úgy látszott: már elveszett” (103, 4. Jörg Zink szövege).

A többiek

Milyen ez a „mégegyszer ajándékba kapott” élet? Bizony más, mint az előző, az egészséges. Betegségben és gyöngeségben töltött élet, kívül a világon; hosszú, munkátlan napok és még hosszabb éjjelek; csupa kényszerű lemondás arról, ami kedves volt. Soha többé kószálni, hegyet mászni, utazni, városokat járni (mindenki tegye hozzá magának, amit különösen szeret). És ami a legrosszabb: semmire sem vagyunk képesek többé, mindig, a legkisebb kicsiségekben is másokra vagyunk utalva. Ez a legrosszabb. — Csakugyan?

A legrosszabb tulajdonképpen mégis csak az volna, ha a többiek nem lennének itt. A legrosszabb a betegségben az, ha a beteg csak magamagának van. Ha

minden gondolata és beszélgetése csak sajátmaga körül forog, saját betegsége, nagy és kicsiny panaszai körül. Akkor a világ mindig kisebb lesz, a kör egyre szűkül. Végül már csak egy kis pont marad: maga a beteg — egészen egyedül. Milyen nyomorúságos. Nem, ez csakugyan nem lenne élet többé. Milyen jó, hogy itt vannak a többiek. Tőlük olyan sok függ. És ha igaz az, hogy a betegség elmagányosít, akkor ebben a többiek, az egészségesek is bűnösök. Milyen hamar „törölnek” egy beteget. Hisz tőle már semmit sem lehet várni. Kihúzzák az élet listájáról. Minek őt már meghívni — úgysem jöhet el. Minek még valamit kérni tőle — úgyis túl gyöngye lesz rá. Minek még a véleményét is kikérni — hisz olyan lassú lett az elhatározásában. Szívesebben döntenek mindjárt helyette is. Az egészségesek nem is sejtik, milyen érzékeny egy beteg éppen ezen a téren, és mennyire időelőtti koporsóbazárásnak kell éreznie az ilyen „törlést”.

És milyen meggondolatlanul tudják az egészségesek félretolni a beteget, mintha nem győznének elég hamar megszabadulni tőle. Nemcsak hogy mindjárt kórházba vagy ápolóotthonba vitetik — ez gyakran elkerülhetetlen. Rosszabb ennél az, hogy cserbenhagyják, mint zavaró elemet kilökik az egészségesek világából, és kiszolgáltatják a betegség és a halál birodalmának. „Nélkülem éltek az életüket, mintha már itt sem lennének — hallja az ember betegektől, akár a beteg társnak panaszkodva. — Igaz, nem lehetek már felesége a férjemnek. De nem várhat-e legalább addig, míg a föld alatt vagyok?” Ez a kitalálás a halál birodalmába nem kevésbé borzalmasnak tűnik előttem, mint a primitív népeknél a betegek kitétele.

Az ilyen félretolás jámborul is megtörténhetik. Pontosan tudják, mi most a betegnek a fontos, mi az ő dolga: előkészület a halálra. Másra kell gondolnia, másról kell beszélnie, mást kell olvasnia, mint minékünk. Hisz rövidesen meghal. Így hát csak ilyen módon írnak neki, szólnak hozzá, és nem érzik, milyen

kegyetlenül kirakják ezzel az élet világából, hogyan taszítják bele halálba.

A látókör kitágul

Viszont milyen jótétemény lehetnek a többiek a betegnek, ha kitartanak mellette. Ez mindenekelőtt a legközelebbi hozzátartozókra áll. Magától értetődő odaadásuk, megértő gondoskodásuk, kimondott vagy kimondatlan köszönetük: „Csakhogy itt vagy még velünk” — gyógyító erő.

És betegség idején derül ki, mennyi barátja van az embernek a legszűkebb körön túl. Azelőtt nem is tudta. Virágok, levelek, karácsonyi sütemény, a szomszédok segítsége, napi bekukkantás, minden vasárnap kalács a családnak — mindez külső jele annak, hogy a többiek itt vannak vele. Osztoznak sorsában, együtt szomorkodnak vele, és egy kis javulás esetén örömük látható és nagy.

De éppen ilyen fontos az, hogy bevonják a beteget az életükbe, s elhozzák hozzá azt az életet, amelyben nem vehet többé részt. Mondjuk az egyházközségi kör megbeszélése a beteg házában folyik le, ő persze fekvé van jelen, de jelen van. Vagy egy család meghívás helyett maga jön el látogatóba és magával hozza az uzsonnát, amiről a beteg háziasszony nem tud gondoskodni. Vagy itt vannak az egyes látogatók, akik híreket hoznak a betegnek kívülről. Minden egyes apróság fontos neki, kezdve a közös ismerősöktől egészen a város, ország és világ közéleti eseményeiig. Mesélnek neki családjukról, hivatásbeli életükről, örömeikről, gondjaikról, problémáikról. Hirtelen megkérdik: „Nem untatom, nem erőltetem meg? Túl-ságosan soká tartom föl!” Ó dehogy, a betegnek annyi az ideje! Akkor is van még ideje, amikor a látogatók eltávoztak, az egész hosszú este meg a fél éjszaka. És a másik ember problémája tovább foglalkoztatja gondolatban, aztán imában is. Nem kell a maga sorsán évnődnie, van más anyaga. És talán a következő láto-

gatásig tanácsot, vagy megoldást talált. Megeshet, hogy egy látogató azt mondja: „Milyen jó, hogy végre valakinek van ideje”, vagy: „Eljöhetek rövidesen megint? Olyan jólesik.” Nem is tudja, milyen balzsam ez a betegnek: hogy az élete, amely többé „egy fityinget sem ér”, jelent valamit egy másik ember számára.

Különös dolog: bármilyen szűk lett is a beteg mozgási tere — életének köre tágulhat. Kitágulhat az élete azáltal, hogy több hely jut benne másoknak. Így élheti meg önmagán a zsoltár szavának igazságát: „Tágas térre állítottad lábamat” (31,9).

Az élet elmélyül

Nemcsak tágabb: mélyebb is lehet az élet, ha arccal a halál felé éljük. A pillanat arculata egészen más lesz, ha az ember tudja: nincs már sok ideje. Koncentráltabban él. Nincs értelme szükségtelen dolgokra fecsérelni az időt. Válogatni kell, megkülönböztetni a fontosat a nem-fontostól. Jobban észreveszi az ember a lényegét. Így pl. nem olvas válogatás nélkül, amennyit csak bír, hanem inkább egy értékes könyvet másodszor, harmadszor is. És minden élmény egyedülálló módon esik latba, intenzívebb lesz. Milyen tudatosan és ámulva élvezi az ember még egyszer az ébredő tavaszt, még egyszer a már nem remélt, ajándékba kapott szabadságot, még egyszer egy ízléses új ruhát, még egyszer egy látogatást külföldi barátoknál, egy hangversenyt . . .

Találkozások emberekkel egészen újfajta súlyt kapnak attól a gondolattól, hogy mindegyik az utolsó lehet. Nem azt jelenti ez, hogy szomorkodással elrontanánk: nagyon vidáman folyhat le. De az ember talán olyan dolgokat mond el, amelyeket különben nem merne kimondani, és ezek javára válnak a másoknak. Egy sértő szót könnyebben lenyel — hisz talán ez lenne az utolsó. A beszélgetés több tartalmat kap, mélyebbre hatol; nem reked meg az utolsó-előttinél, inkább előrelendül a végsőig.

Így ámulva élhetjük át, hogyan ad Isten még a határon is tágas, mély életet, — még ott is, ahol az, amit életnek szoktunk nevezni, voltaképpen már a végére jár.

A vég

De akkor is, ha az ember hálásan elfogadja ezt a még osztályrészéül jutott életet, a betegség már gondoskodik róla, hogy napról-napra eszébe jusson: ott él a határon. Nem térhet ki a kérdés elől: Mi lesz, ha eléri a határt, ha itt a vég? És egészen józanul számot kell vetnie a ténnyel: teljesen tudatos halál, tudatos végső búcsú, a hozzátartozókhoz intézett utolsó, életreszóló búcsúszavakkal — ilyesmi ma már alig lehetséges. Ez a visszája annak az orvosi művészetnek, amely a beteg halálát a legkülönbözőbb eszközökkel a lehető legjobban meg akarja könnyíteni. Amikor a végről lesz szó, akkor én már valószínűleg egyáltalában nem is leszek én.

Ez elég ösztönző lehet arra, hogy a végső dolgokkal ne várjunk a végsőig, hanem addig tegyük meg, amit kell, amíg még egészen itt vagyunk. Először is vannak egészen külsőséges dolgok. Selejtezze, rendezze az ember a holmiját, ruháit, leveleit, hogy ne hagyjon hátra szükségtelen munkát másoknak. Fizesse ki a számláit, adja vissza a kölcsönkönyveket. Akinek van vagyona, egész pontosan intézkedjék felőle, hogy halála ne okozzon civakodást. Akinek nincs, annak könnyebb.

Ezeknél a külső ügyeknél fontosabb az, hogy mondja meg az ember hozzátartozóinak (vagy levélben hagyja hátra), amit még mondani szeretne: köszönetet vagy kérelmet visszatekintve, tanácsot vagy ajánlatot a jövőre nézve. Itt azonban egészen komolyan kell venni a véget. Az ilyen végső tanácsoknak nem szabad kényszerítő eszközöknek lenniök, amelyekkel zsarnoki hatalmat gyakorol hozzátartozói fölött még a halálon túl is, mondjuk belekényszerít

egy gyermeket valami hivatásba, vagy az urát élet-hossziglani özvegységre kötelezi, vagy — ami még végzetesebb — egy meghatározott asszonyt jelöl ki számára. Ez a végső búcsúvétel legyen csakugyan szabadon engedés. Azt hiszem, addig, amíg az ember még egészen itt van, nyugodtan beszélnie kellene az orvossal is és megkérni: hagyja abba az életéért, vívott küzdelmet ott, ahol az már nem élet, csak egyes testi funkciók életre gyötrése mindenféle mesterkedéssel. Én mint laikus nem ítélek meg ezt esetről-esetre, és nem adhatom meg azt az időpontot, amikor idáig jutott a dolog (most nem, a döntő pillanatban pedig mégúgysem). De az orvos tudja meg, hogy nem tartozik mesterségesen meghosszabbítani az életemet, magamra, hozzátartozóimra és önmagára való tekintettel sem. Így hát sok minden van, amiről előre gondoskodni kell, szem előtt tartva a véget, amikor már semmit sem tehet az ember. A halálosan beteg színész, Ernst Ginsberg elképzelésében így fest a „vég”:

A vég nem bátorság lesz.

Talán nyöszörögsz, talán kiáltozol.

Biztos csak a végső elhagyottság, a szegény,
haldokló teremtmény.

Erre a végső elhagyottságra gondolva még egyet meg lehetne tenni: felírni néhány imát, verset, vigasztaló mondást, amelyek különösen meghittek számunkra és gyakran bebizonyították erejüket, azzal a kéréssel, hogy majd olvassák föl, imádkozzák el mellettünk, amikor a fájdalmak, kábítószeresek, vagy a végső gyengeség hatására megnémultunk és nem vagyunk már szóval hozzáférhetők. Talán még utat találnak hozzánk. Talán.

Ha a végsőre való tekintettel így előre megtettük intézkedéseinket — mindenestül számolva rászorultságunkkal és elégtelenségünkkel, hisz senkisémet tudja, mi és milyen lesz a vég —, akkor tudatosan ismét el kell hagyunk a végsőt és visszatalálnunk ahhoz, ami a vég előtt van. Az embernek komolyan kell

vennie azt, hogy még útközben van, és ez az út maga elég feladatot jelent. Akkor a vég gondját ráhagyhatja az ember Istenre, aki vele van az úton. És ha már az úton olyan sok igazi életet ad, akkor ővele a vég is csak életet jelenthet.

(Eredeti: Leben an der Grenze des Todes.
Neukirchener Verlag 1971)

NÉVMUTATÓ

- | | |
|--|---|
| Abendroth, Hermann 44 | Defoe, Daniel 43 |
| Ábrahám 57 | De Gaulle, Charles 44 |
| Adenauer, Konrad 44 | Dickens, Charles 21 |
| Adler, Alfred 80 | Dohnányi Ernő 46 |
| Amiel, Henri-Frédéric
3, 10, 42 | Dosztojevszkij, Fjodor 95 |
| Anderson, Robert 22 | Dsida, Jenő 19—20 |
| Andrič, Ivo 82 | Einstein, Albert 44 |
| Antiohusz Epifánész 106 | Eleázár 106—107 |
| Apponyi Albert 46 | Eötvös József 61 |
| Áprily Lajos 26 | Ferenc, Assisi 59 |
| Arany János 16, 45, 53,
59, 65, 70, 82, 111 | Filemon 68 |
| Bea, Augustin 45 | Frankl, Viktor 80—81 |
| Beauvoir, Simone de
8—9 | Freud, Sigmond 80, 81 |
| Beethoven, Ludwig van
13—14 | Gandhi 44 |
| Belhoute néni 47 | Gárdonyi Géza 79 |
| Bellarmino, Roberto 44 | Geiser, Samuel Henri 45 |
| Bernanos, Georges 52, 55 | Gergely Mihály 51 |
| Boros László 69—70 | Ginsberg, Ernst 120 |
| Böll, Heinrich 77 | Gladstone, William 44 |
| Bromley, D. B. 9 | Goethe, Johann Wolf-
gang 39, 43, 77 |
| Burns, Robert 89 | Goldbrunner, Josef 41, 74 |
| Casals, Pablo 44 | Hamann, Johann 52 |
| Casel, Dom 54 | Haydn, Josef 44 |
| Churchill, Winston 44 | Händel, Georg Friedrich
44 |
| Claudél, Paul 27, 97 | Hemingway, Ernest 49 |
| Crowe, F. E. 7 | Honthy Hanna 46 |
| Csanád Béla 66 | Horváth János 46 |
| Cymbalista, Sr. M. 99 | Ibsen, Henrik 22 |
| Deák Ferenc 46, 61 | Ignác, Loyola 109 |
| | Illyés Gyula 12, 46 |
| | Izaiás 31 |

- János apostol 84, 91, 110
XXIII. János 36—37, 45,
58, 69—70, 97
- János, Vianney 97
- Jaspers, Karl 86
- Jászai Mari 46
- Jeremiás 31
- Jób 56
- Jókai Mór 45
- Jósika Miklós 45
- József, Kalazanci 57
- Jung, C. G. 41—42, 87
- Juhász Gyula 25
- Kant, Immanuel 43
- Katalin, Sienai 32
- Kazinczy, Ferenc 45
- Keller, Helen 13
- Kierkegaard, Sören 49,
51—52
- Klemperer, Otto 44
- Kodály Zoltán 7, 46,
66, 88
- Komlós Aladár 64
- Kossuth Lajos 46
- Kosztolányi Dezső 82
- Kurosava 48
- Le Fort, Gertrud von 52
- Legrix, Denise 13
- Leopardi, Giacomo 23
- Lukács evangelista 62
- Maeterlinck 83
- Martin, Louis 78
- Márton, Toursi 109
- Mauriac, François 44, 84,
94—95
- Michelangelo, Buonar-
roti 43
- Milton, John 13—14
- Molière, Jean-Baptiste 21
- Monet, Claude 44
- Mozart, Wolfgang
Amadeus 105—106
- Mózes 110
- Nietzsche, Friedrich 80
- Nikodémus 99
- O'Neill, Eugene 18
- Pál apostol 31, 61, 68,
73—74, 88, 90, 92, 109,
110
- VI. Pál 45
- Pázmány Péter 45,
69—70
- Péter apostol 54, 58, 62
- Petőfi Sándor 14, 68
- Platón 42
- Polikárp, Szent 107
- Rahner, Karl 44, 60
- Ravasz László 32
- Ravazzo, Vittorina 123
- Rembrandt, van Rijn 44
- Reményik Sándor 78
- Rilke, Rainer Maria 64
- Rodriguez Alfonz 75
- Rónay György 43, 97
- Salamon Ernő 34
- Sándor Emma 88
- Sartre, Paul 28
- Scheler, Max 35—36
- Schweitzer, Albert 44
- Shakespeare 13
- Sheed, Frank 100

Sík Sándor 3, 23, 24, 25,	Tito, Josip Broz 44
27, 30, 39, 46, 55, 59, 62,	Tóth Árpád 38
63, 69, 70, 75, 76, 84, 97,	Verdi, Giuseppe 44
108	Veres Péter 46
Simeon 110	Verkade, Willibrord 96
Slater, Philip 103	Vörösmarty Mihály 67
Szabó Lőrinc 50, 89	Walter, Bruno 44
Szent-Györgyi Albert 46	Weöres Sándor 7, 46
Szophoklész 43	West, Morris 47
Tamási Áron 65	Williams, Tennessee 19,
Teilhard de Chardin,	28, 29
Pierre 104	Yeats, William Butler 44
Teréz, Lisieux-i 97	Zink, Jörg 115
Tibbe, Johann 123	Zukor Adolf 46
Tibbe, Trudi 112	

Alig hinnénk, hogy ennek az öregségről szóló bölcs könyvnek a szerzője alig töltötte be a negyvenet. Igaz, az éveket nem számra, hanem tapasztalatra mérik. Abban viszont bőven volt része. Alfons Deeken német jezsuita atya éveket töltött a távolkeleti, főleg japán misszióban, jelenleg pedig a New York-i Fordham egyetem tanára. Tehát három kontinens nevelte és érlelte. És — mint a bőséges irodalmi, filozófiai, szociológiai utalásokból látszik — három hazájának igen sok könyve.

A kis munka igen nagy sikert aratott megjelenési helyén. Ismertetői főleg két értékes oldalát emelték ki: a kérdés pozitív megközelítését, és azt a sok gyakorlati szempontot, élményt, jótanácsot, amivel tele van. Fr. Deeken indítványára a könyvet nem egyszerűen lefordítottuk, hanem adaptáltuk, vagyis hazai példákkal bővítettük. A magyar kultúra története és a magyar irodalom gazdag kincstárral szolgált ehhez.

Hálásan köszönjük Fr. Deekennek és a Paulist Press kiadónak, hogy a művet átengedték közlésre. Ugyanitt mondunk köszönetet Johann Tibbe göttingeni lelkésznek és a Neukirchener Verlag-nak a függelékül hozott írás közlési engedélyéért. Minthogy a betegség gyakori kísérője az öregségnek, úgy véljük, helyénvaló, hogy kiegészítésül csatoltuk ezt a néhány alapvető gondolatot a betegnek és környezetének magatartásáról.

Kívánjuk, hogy a könyvecske hazai földön is az legyen, aminek egyik ismertetője nevezte: segítő könyv.

A címlapon: Vittorina Ravazzo 102 éves milánói asszony fényképe.

TARTALOM

I. Egy és más az öregségről	5
Az öregedés problémája	5
A megöregedés folyamata	10
Az öregedés folyamatának személyes jellege	13
II. Birkózás az öregkorral	15
Az öregkor elutasítása	15
A fiatalok keserű irigylése	16
Öregkori „szökevények”	17
Öregkori önzés	21
III. A megöregedés művészete	24
„Legyen”	24
A függetlenség és bölcsesség leckéje	25
A magány arca előtt	28
Megbánás és újjászületés	34
A teljesség felé	38
Kései hódítások	42
Félelem és aggódás	49
Ne nyugtalankodj!	53
Nemvárt meglepetések	54
A szenvedés küzdőterén	58
Aranyos alkonyat	63
Beérés a hitben	71
Mindennek van értelme	76
Öregek házassága: az új találkozás	84
Új vallásos dimenziók	89
Az imádság ideje	96
A Szentháromság életének és szeretetének megosztása	99
„Az Atyához megyek”	105
Holtig-e vagy hazáig?	110
Függelék:	
Trudi Tibbe: Élet a halál mezsgyéjén	112
	127

