

Nem lehetünk egészségesek beteg ökoszisztémákban

A válság mint esély a fejlődésre

Az elmúlt hónapokban egyénileg és kollektíven is különös tapasztalatra tehetünk szert. A betegség és halál árnyéka, az egzisztenciális félelem, a bevételi források veszélybe kerülése, a bezártság és az emberi kapcsolatok gyökeres átalakulása mindannyiunkat próbára tett.

Egy annyira apró biológiai entitás, ami nemcsak szabad szemmel, de még fénymikroszkóppal sem látható, hihetetlenül nagy hatást gyakorolt az életünkre: fenekestől felforgatta a mindennapjainkat, a szokásainkat, a munkánkat, s más emberekkel – mint potenciális veszélyforrásokkal – szemben óvatossá, gyanakvóvá tett.

A járvány azonban mást is hozott: lelassulásra, befelé fordulásra kényszerített. Leállította a bolygót átívelő cikázásainkat, s összezárt minket a családtagjainkkal. Megtapasztaltuk sérülékenységünket, testközülbe került a halál lehetősége. Megéltük a félelmet, a bezártságot, és azt, hogy nem vagyunk mindenhatóak, hogy vannak helyzetek, amikor nem tudunk teljes kontrollt gyakorolni a saját életünk fölött. S ami a legfontosabb: megkérdőjelezett egy illúziót, miszerint az általunk épített világban sérthetetlenek és függetlenek vagyunk a természeti hatásoktól.

Diszfunkcionális kapcsolatunk a természet többi részével

Emberi létünk ugyanakkor a természeti rendszerekbe ágyazódik, ezernyi szállal kapcsolódunk a bolygósztintú anyagáramlásba minden lélegzetvétellel és minden magunkhoz vett falat étel által. **A természet tehát nem egy dísztet, ami „ott kint” van, hanem mi magunk is azok vagyunk, s nem véletlen, hogy jóllétünket alapvetően meghatározzák e sokszínű világgal való kapcsolataink.**

Márpedig ezek a kapcsolatok meglehetősen abuzívák. Bár minden erőforrásunk a természeti rendszerekből származik, amelyekbe emberi létünk ágyazódik, ezekkel meglehetősen



egyoldalú és kizsákmányoló jellegű viszonyban vagyunk: elveszük, amire szükségünk van, sőt annál jóval többet is, s a fogyasztás túlsó végén megjelenő szeméttel elborítjuk a természetes élőhelyeket. Mindközben senki másra nem vagyunk tekintettel, sőt, önmagunkra sem.

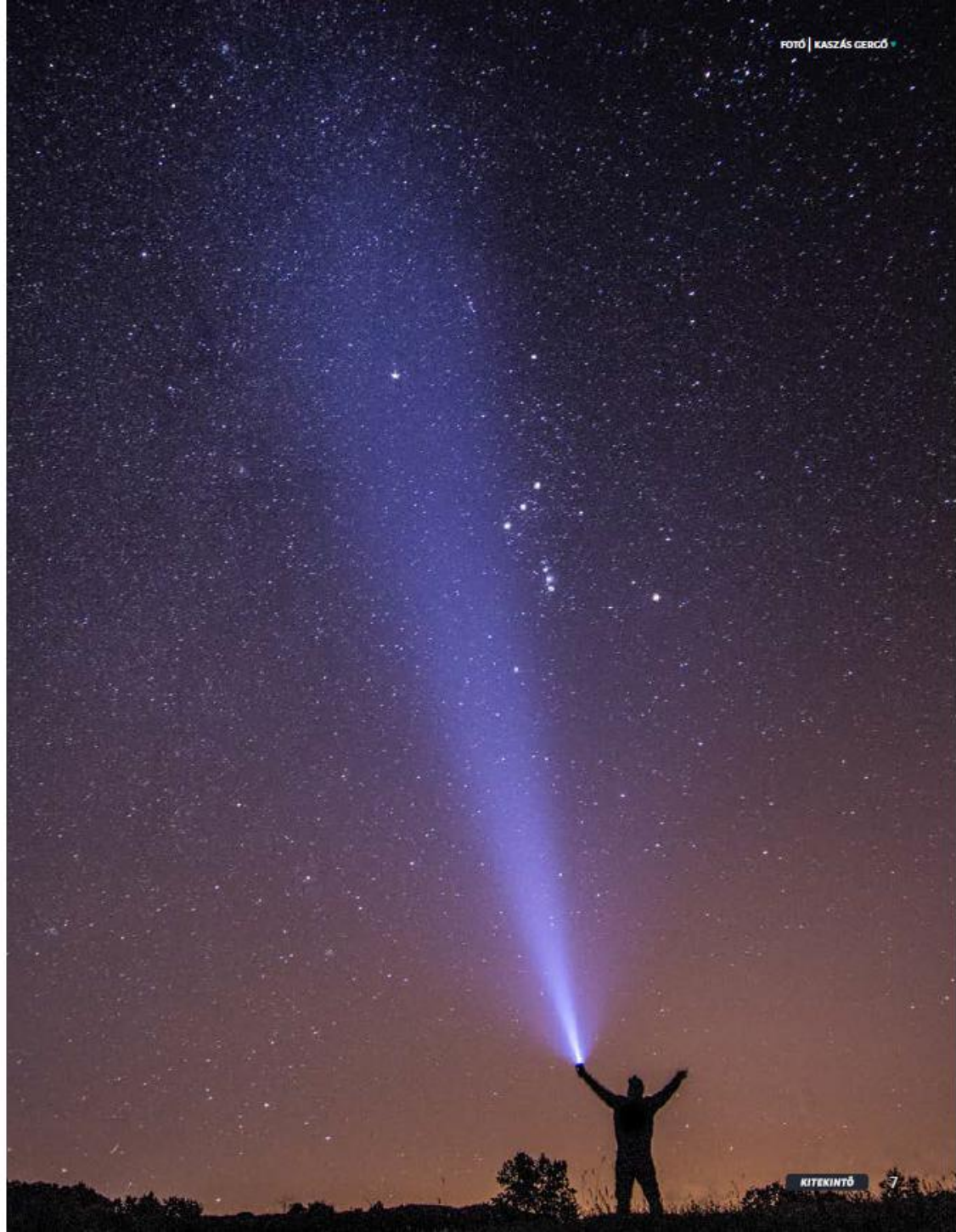
Az ököpszichológia szerint ez kimeríti a diszfunkcionális környezeti kapcsolat fogalmát, bár ez a fogalom egyelőre hiányzik a pszichológia szótárából.

Hogyan jutottunk el a jelenlegi állapotba, és (egy tágabb nézőpontból szemlélve) hogyan írható le az a helyzet, amelyben most vergődünk?

A fejlődési krízis fogalma

A lélektani krízis vagy válság egy olyan kiélezett, kritikus, stresszel teli állapot, amely az egyén figyelmét teljes egészében leköti, s amelyben a korábbi működésmódok, megküzdési stratégiák már nem bizonyulnak elégségesnek, így új eszközöket, új utakat kell keresni a helyzet megoldásához. Ez a kiemelt állapot ugyanakkor egyaránt magába foglalja az összeomlás vagy a fejlődés lehetőségét.

A lélektani krízisek két nagy csoportját különbözteti meg a pszichológia: a véletlenszerű és a fejlődési kríziseket. Míg a mindannyiunk által megtapasztalt járványhelyzet (akárcsak egy haláleset vagy épp egy válás) az előző kategóriába tartozik, a fejlődési krízis egy kritikus átmeneti állapotot jelöl két életszakasz között (pl. életközépi válság). Életünk során tehát mindannyian számos fejlődési krízist élünk meg, amelyek magukban rejtik személyiségünk érésének lehetőségét, de egyúttal a megrekedés, a lelki zavarok kialakulásának esélyét is.





Az ökológiai válság: elakadt fejlődési krízis?

A fejlődés ugyanakkor nem kizárólag az egyéni életre jellemző, biológiai értelemben nemcsak az egyedre, hanem a fajra is vonatkozik: egy fajnak is van élettartama (néhány millió év), amelynek során genetikai, morfológiai, élettani, magatartásbeli szempontból is változik.

Az ököpszichológiai fejlődési modell az egyén, valamint az emberiség fejlődési pályája során három szakaszt ír le a természetvel való kapcsolatunk viszonylatában.

Mind egyéni életutunk során, mind pedig az emberi faj fejlődési folyamatában fejlődésünk az egység állapota felől az elkülönülésen és önmeghatározáson át az újrapcsolódás felé vezet. Azonban, míg egy ember esetében az egyes szakaszok egy vagy több évig, illetve évtizedig tartanak, addig az emberiség fejlődési folyamatában évezredekéről beszélünk. Éppen ezért az életszakaszváltások mint fejlődési krízisek is hosszan elhúzódnak, s jelenleg épp egy ilyen korszakot élünk.

Evolúciós történetünk kezdetén a természettel koegzisztenciában élő ember még egységben szemlélte az élővilágot, amelybe önmagát is sorolta. A differenciálatlan egység állapotát követően az emberiség a mezőgazdasági, majd később az ipari forradalom során olyan fejlesztéseket vitt végbe, amelyek által sikerült csökkentenie a természeti forrásoknak, illetve az időjárás viszonyosságoknak való kiszolgáltatottságát, s ezáltal egyre jobban meghatározta és elkülönítette, differenciálta önmagát a természet többi részétől.

Az emberiség fejlődése során a következő, harmadik lépést a differenciált, elkülönült egyén újrapcsolódása jelenti.

Fontos, hogy ez nem egy korábbi létállapotba való visszatérést igényel, hanem egy paradigmaváltást, amely a rendszerbe ágyazottságunk felismerését, észlelés- és gondolkodás módunk, valamint a természethez való – jelenleg kizsákmányoló – viselkedésmódunk átalakítást foglalja magába.

A második szakaszból a harmadikba való átmenet viszont elakadt, a differenciált egyének újrapcsolódása nem tudott megvalósulni, s a fejlődési krízis kóros irányt vett. Ezt az állapotot nevezi az ököpszichológia a természetből való elidegenedésnek.

Az elidegenedés önmagában is egy nehézséget jelentő állapot, de a fejlődési nyomást tovább erősítik azok a véletlenszerűnek tűnő, valójában azonban a fejlődési krízisben elakadt emberiség által létrehozott súlyos válságállapotok, mint amilyen a klímaválság vagy az ökológiai rendszerek összeomlása.

A tét, s ennek következtében a fejlődési nyomás is egyre nagyobb. A kérdés az, hogy meg tudjuk-e lépni azt a lépést, amelyet az elidegenedésből az újrapcsolódásba való továbbfejlődés igényel. Vagy beszűkült állapotunkban egy kiterjesztett öngyilkosságban látjuk a megoldást, amelynek során az élővilág többi részét is magunkkal rántjuk?



0

IRTA

Molnos Zselyke

biológus, tanácsadó szakpszichológus
Ököpszichológiai Intézet

www.ockopsychologia.hu



FOTÓ | KÖVESI ESZTER

IRTA
Kövesi Péter
író
kovesipeter.hu

3. rész

A magyar hagyományok állat- és növényvilága

A csodaszarvas

Sorozatunkban a magyar mitológia állatvilágát vesszük szemügyre. A fehér lóval egyenértékűen jelenik meg a szarvas, pontosabban a csodaszarvas figurája. Sokan azt gondolhatják, hogy ez magyar sajátosság, holott a fejedelmi agancskoronával megáldott nemes vad sok nép fantáziáját megmozgatta. Legközelebbi rokonaink, a szipyei népek [ma összefoglaló néven szkitáknak vagy ifjesztő népeknek is hívják őket] valamennyien a csodaszarvas népének tudták magukat.

A magyar csodaszarvasmonda több változatban is fennmaradt a korai krónikáktól kezdve Arany János költői változatáig. Hunor és Magor, Nimród (Ménrót) fiai apjuk halála után vadászni indulnak száz jó vitézzel. A vadászat során egy pompás szarvasúnó tűnik fel, amelyet üldözőbe vesznek. Úzik egész nap, ám estére elvesztik a nyomát, így kénytelenek letáborozni. Másnap ismét megjelenik, mintha csak vezetni akarná őket valahová. Ez így történik napokon keresztül, míg hazájuktól



egészen messzire vetődnek, a meitiszi mocsarakig, a Fekete-tenger északi csücskébe. Egy napon, amikor már végleg elvesztették a nyomot, és a szarvas nem látják többet, tábort vernek egy éjszakára [más verzióban öt évre]. **Éjjel csodálatos zenésztől hallanak. A hangot követve eljutnak egy tisztásra, ahol tündértányok táncolnak.** A közepén táncoló két lány az alánok fejedelmének, Dúlnak [Dulának] a két lánya. A vadászok elrabolják őket. Hunor és Magor jussa természetesen a két hercegkisasszony, míg társaik a többi száz leányon osztoznak. Letelepednek, sokasodnak. Hunor leszármazottai lesznek a hunok, Magoré a magyarok, és amikor generációk után e terület már szűkössé válik, elhatározzák, hogy Hunor és népe menjen keletre, Magor és népe pedig induljon nyugatra.

A csodaszarvas vezérlő szerepe a kereszténységben is megmarad. A csodás lény mindig megjelenik, amikor isteni útmutatásra van szükség. Templomok, kolostorok, várak helyét jelöli ki, és vadászó királyokat, főurakat,