

*Tehát a diagnózis: életvesztés?*

Igen. Ez egy lapos, önmagát sokféle aktivitásban elvesztegető élet. Elveszítünk valami egészen nagyszerűt, ami tulajdonképpen az élet lényege: az elevenséget, a lendületet, a mélységet. Abban a társadalomban, amelyben mindenki egyre jobban funkcionál, egy valami szükségképpen elvész: az öröm. Az életöröm mindig csak akkor jön létre, ha az ember valami különöset élhet át. Ha olyan helyzetbe kerül, amikor aktivizálódnak az agy emocionális központjai, amikor „húsba vágó” dolog történik. Amikor valóban lelkesedik valamiért az ember. Az agy minden ilyen esetben ún. neuroplasztikus hívó anyagokat bocsát ki, és ezek elősegítik azt, hogy átalakulási folyamatok menjenek végbe az agyban. Ez azt jelenti, hogy „rutin üzemmódban”, többfeladatoságban, az egyre gyorsabbá válásban egyre kevesebb dolog lesz húsba vágó – és ettől önnek olyan agya lesz, amelynek segítségével ön mindent egészen gyorsan csinál majd, de amelyben már semmit nem lehet átalakítani. Pillanatnyilag azt tapasztaljuk, hogy a világ szét-esik – talán nem is annyira gazdagokra és szegényekre, hanem olyanokra, akik foglalkoznak önmagukkal, és fontos kérdéseket tesznek fel, és olyanokra, akiknek minden mindegy, akik már semmi új iránt nem tudnak érdeklődni, hanem pillanatnyi állapotukat tartósítják.

*Hát akkor mit tehetünk az ellen, hogy ez az „egyre gyorsabban, magasabbra, erősebben”-hajsza öntudatlanul bedaráljon minket?*

Nem marad más, mint megszakítani a folyamatot. Igenis vannak olyan emberek, akiknek fontos, hogy időről-időre kilépjenek a hétköznapi nyüzsgéséből, és összeszedjék a gondolataikat. Talán bemennek egy templomba, és ott ülnek tíz percig. Lehet, hogy meditációs technikákat gyakorolnak. És úgy vélem, több ilyen ember van, mint gondolnánk. Azaz sokak számára fontos, hogy újból és újból „észhez térjenek”, és elgondolkodjanak arról, mi az, ami valóban fontos az életem, az egzisztenciám szempontjából. Azt hiszem, hogy erre nagyon egyszerű a válasz, de sokan csak akkor találják meg, ha kiégnek vagy mély válságba jutnak, mert elhagyta őket a feleségük és a gyerekük, vagy súlyos betegséget váltottak ki stresszes megterheléseik. Sok embernek csak ilyenkor jut eszébe ismét az, ami valóban fontos – ez pedig gyakran egészen kevés: néhány jó barát. Vagy talán a természettel való szoros kapcsolat helyreállítása. Talán valamilyen spiritualitás felélesztése, azé az érzése, hogy beletartozom ebbe a világba, és az megtart engem. Mámorító pillanatok, csillagórák azok, amikor az ember visszatalál ahhoz, ami valóban fontos.

*Mathias Morgenroth*

**Forrás:** Publik-Forum Extra, 2013/7

*Vigyázat, szatíra!*

## *Igen tisztelt Jókedélyű Úr!*

Az Önök Jóléti Intézményének szociális adminisztrátori állására beküldött pályázatomból Ön még hiányol néhány önéletrajzi adatot. Ezek túlnyomórészt társadalmi elkötelezettségemre vonatkoznak.

Biztosíthatom Önt: Politikailag és társadalmilag nagyon elkötelezett ember vagyok, mégpedig ifjúságom óta! Ha az internetes közösségi oldalakon valamilyen igazságtalanságról olvasok vagy szükseget és nyomort látok, ha egy szervezet vagy személy segítséget kér, mindenki rögtön kap tőlem egy „Tetszik”-et. Ezt megosztom a barátaimmal és „a barátaim barátaival”, vagy akár az egész közösségi oldallal is. Az utóbbi évben a természetrombolás elleni 4500 posztot mind „lájkoltam”. És „megosztottam” a barátaimmal. Elleneztem a szíriai háborút, támogattam az ukrainai tüntetőket, elleneztem az atomerőműveket, a Harmadik világbeli éhezést, tiltakoztam a neonácik ellen, a gyermekekkel szembeni egyházi visszaélések ellen, a menekültek kitoloncolása ellen, az abortusz ellen, az autópályadíjak ellen és a textilipari munkások kizsákmányolása ellen – hogy csak néhány problémát említsek meg! Sosem volt terhemre, hogy kattintsak az egérrel.

Nagyon szívemen viselem az állatok sorsát is: 388 bel- és külföldi kutya-segélyszervezet posztjait

lájkoltam, továbbá 20 bálnafogás-ellenes kampányt, több mint 300 videót a tömeges állattartásról, 231 képet a fókák kipusztulásáról és így tovább, és így tovább. Minden állatkínzás elleni akció megkapja tőlem a „Tetszik”-et, és meg is osztom, hogy mások figyelmét is felhívjam teremtménytársaink nyomorúságaira.

Ön aztán érdeklődik még az iránt, hogyan alakítom a szabadidőmet, és mikor fordult elő utoljára, hogy elhagytam a házamat annak érdekében, hogy személyesen találkozzam a barátaimmal. Személyes tevékenységnaplóm azt mondja nekem, hogy ez 2000. március 5-én lehetett...

Esetleges további információkat Ön szintén a Facebook-krónikámból meríthet. De fordulhat a barátaimhoz is (983!), vagy a barátaim barátaihoz. Ők a lehető leggyorsabban és bátran posztolni fogják a hiányzó adatokat, vagy közlik majd a megfelelő linkeket.

Nagyon örülnék személyzeti osztályuk pozitív döntésének!

Szívélyes üdvözléssel:

*Klikk Sebestyén*

**Forrás:** Publik-Forum, 2014/9