

ELŐSZÓ

Jelen kiadvány több tudományterület szemszögéből megközelítve: gondolatébresztő. Lehetőséget nyújt az önálló elmélkedésre, baráti beszélgetésre inspirál, alkalmas arra, hogy újra és újra kézbe vegyünk. Arisztotelész szerint Az ember természeténél fogva társas élőlény A görög filozófus gondolata a közkedvelt francia film (2007) által is összegezhető: *Ensemble, c'est tout – Egyedül nem megy.*

Az emberek írott és íratlan szabályok szövevénye alapján élik mindennapjaikat. Az erkölcsi normák közösen lefektetett és elfogadott iránymutatások. Ezek a normák nincsenek kőbe vésve, az adott közösség és kor értékeit figyelembe véve alakítják ki, tartják be, vagy épp szegik meg. Ám még ahhoz is, hogy legyen mit megszegni, szükséges egyfajta értéktár. Értéktár, amely alapján kialakul mindenkinél az általánosan elfogadott erkölcsi értékközösség, és a szubjektivitáson nyugvó moralitás. A társadalmi normák betartása kompromisszum nélkül nem megy, amely nem egyenlő a megalkuvással; sokkal inkább az önmagunk és környezetünk tiszteletén keresztül való elfogadásról szól. A jó (helyes, értékes) nem létezik ellentétpárja a rossz (helytelen, értéktelen) viszonyítási pontja nélkül. Az értékes, példamutató életvitel megítélése kor-, szocializáció-, közösségfüggő stb. lehet. A változás viszont kiszámíthatatlan, bárkit lelki, szellemi, testi ellehetetle-

nülésbe sodorhat. Önhibán kívül is. A depresszió üressége, a pszichikum szétesése, vagy az identitásvesztés szorongása mind az emberi méltóság és önazonosság sérüléséhez vezethet. Alkalmanként orvosi segítségre szorulhat a sérült lélek.

A pszichológia, nehezebb esetben a pszichiátria és az etika együttműködésével megmutatható, hogyan adható vissza értéktudat és méltóság, ha kicsúszik az ember lába alól a talaj. Az emberi társadalomban az elértéktelenedés nem pusztán filozófiai absztrakció: a depressziós ember eljuthat arra a szintre, hogy saját létét feleslegesnek érzi, olykor elveszti kapcsolatát azzal a világgal, amelyben értelmet találhatna. Az etikai kérdés ilyenkor így szól: hogyan lehet tiszteletet gyakorolni ott, ahol az ember önmaga számára már nem látszik tiszteletre méltónak?

A pszichiátria feladata, hogy ezt a veszteséget ne pusztán tünetként kezelje, hanem az emberi méltóság megőrzésének távlatában értelmezze. Az etika itt kapcsolódik be: az emberi autonómia tiszteletben tartása, a vélt vagy valós kényszerképzetek erkölcsi dilemmái, valamint a stigmatizálás elleni küzdelem mutat utat: a „beteg” ne lehessen „elértéktelenedett”.

A filozofálással, ugyan még nem tudatosan, de már gyermekkorban kapcsolatba kerülnek az emberek. Kicsiny kortól kérdések özönével árasztják el a környezetükben élőket, és miközben rácsodálkoznak a

világra, észre sem veszik (vehetik), hogy néha a felnőtt bölcseket, tudósokat is gondolkodásra készítő kérdéseket feszegetnek. (Pl. Honnan jön a sötétség? Hogy születik az álom? Miért kell Jónak lenni, és hogy kell azt csinálni?) Eleinte még gyermeki egyszerűséggel és gátlások nélkül fordulnak a világ dolgai és történései felé, majd csak az intézményesített közösségi életbe lépve kezdenek bennük kialakulni azok a gátak, amelyek azután egyre inkább eltorlaszolják a kérdésözönt; szégyenlőssé válnak, vagy érdeklődésük más irányba fordul.

Később a tiltások világába lépnek, és folyamatosan azt hall(hat)ják, hogy mit nem szabad csinálni, megtapasztal(hat)ják, hogy jónak lenni jó, de „csak” abban a formában, ahogy azt a felnőttek elvárnák tőlük. A gondolkodás alapjainak lefektetése és a gondolatalkotás fejlesztése segíthet a világban-, társadalomban-, önmagukban zajló események megértésében. Az emberi psziché és a szellem állandó kihívása a felelősség felvállalása. Rettentő sok lehetőség közül kell nap mint nap választani, majd a döntésért a felelősséget fel kell tudni vállalni; a választás még csak lehetőség; de a döntés már felelősséggel jár! Az egyén és a közösség szempontjából is szükségszerű, hogy jól átgondolt és megfogalmazott kérdéseken keresztül vezessen az út a megfontolt elhatározásig, amelyek következményei a későbbiekben is vállalhatók, a tisztelet és az emberi méltóság alapvetései által.

Csáth Géza író, pszichiátert idézve: „Az emberek addig élnek, amíg igazuk van, mert amint tévednek a világ és a dolgok megítélésében, lassankint elkedvetlenednek, elszomorodnak, elkopnak és elmennek...”

Mely gondolatmenetre citálom René Descartest: „Cogito ergo sum” – „Gondolkodom, tehát vagyok”.

Tényleg így lenne?

Tölgyesi Livia
etikai szaktanácsadó
2025. 09. 07.

BEVEZETÉS

A világ változik, de az emberi méltóság alapjai örök-ké tartanak.

Az erkölcsi és morális értékek évszázadokon át szolgáltak iránytűként az emberiség számára – segítettek eligazodni a jó és rossz, a helyes és helytelen között. Ezek az értékek nem csupán szabályok vagy elvárások: sokkal inkább az emberi méltóság, a tisztelet, az együttérzés és az igazságosság alapkövei. Olyan belső tartások, amelyek nemcsak egyéni életünket formálják, hanem közösségeinket is összetartják.

A mai világban – ahol a technológia, a gyors információáramlás és a változó társadalmi normák új kihívásokat hoznak – különösen fontos, hogy az új nemzedék felismerje és magáénak érezze az erkölcsi értékek jelentőségét. A jövő társadalmát azok fogják alakítani, akik nemcsak okosak és kreatívak, hanem tisztességesek, felelősségteljesek és emberségesek is. Az erkölcs szépsége abban rejlik, hogy képes hidat építeni generációk, kultúrák és világnézetek között. Egy őszinte szó, egy segítő kéz, egy igaz döntés – mind olyan pillanatok, amelyekben az erkölcs életre kel, és megmutatja valódi értékét. Ezek az apró, mégis jelentős gesztusok alapozzák meg az emberi élet mélységét és tartalmát.

Ahogy belépünk az elkövetkezendő időszakba, egyre inkább szükség lesz olyan fiatalokra, akik nemcsak

a jövő technológiáit értik, hanem a szívükben hordozzák az emberiesség örök értékeit. Az igazi fejlődés nemcsak az eszközökben, hanem az emberek lelkében történik.

Az erkölcsi és morális értékek szépsége fontos az új nemzedék számára

Az emberi élet nem csupán biológiai létezés, hanem szellemi és lelki fejlődés is. Az erkölcsi és morális értékek azok az alapvető elvek, amelyek meghatározzák, hogyan viszonyulunk egymáshoz, hogyan döntünk, és milyen világot építünk magunk köré. Ezek az értékek nem pusztán társadalmi normák vagy vallási tanítások, hanem az emberi méltóság, a közösségi együttélés és a belső béke forrásai.

Miért ezek az értékek?

Az erkölcs és a morál nem elvont fogalmak, hanem mindennapi életünk részei. Amikor valaki őszinte, segítőkész, tiszteletteljes vagy felelősségteljes, akkor ezek az értékek testet öltenek. Ezek az alapelvek segítenek abban, hogy ne csak önmagunkért éljünk, hanem másokért is – hogy közösséget építsünk, ne csak kapcsolatokat; hogy értelmet adjunk a cselekedeteinknek, ne csak célokat.

A mai világban, ahol az információk gyorsan változnak, a társadalmi normák átalakulnak, és az egyéni szabadság sokszor felülírja a közösségi felelősséget, különösen fontos, hogy az új nemzedék felismerje: az erkölcsi értékek nem elavult eszmék, hanem időtálló iránytűk. Olyan belső tartások, amelyek

segítenek eligazodni a bizonytalanságban, és megőrizni az emberiességet a technológia uralta világban.

Az erkölcs szépsége

Az erkölcs szépsége nem látványos, inkább csendes és mély. Egy őszinte bocsánatkérés, egy önzetlen segítség, egy igazságos döntés – ezek a pillanatok nem kerülnek címlapra, mégis ezek formálják a világot. Az erkölcs nem harsány, hanem szelíd; nem kényszerít, hanem inspirál. Aki erkölcsösen él, az önmaga tiszteletén keresztül, mindenkit / másokat is megbecsül.

Az erkölcsi értékek szépsége abban rejlik, hogy képesek hidat építeni generációk között. Egy nagyszülő tanítása, egy tanár példamutatása, egy szülői intelem – mind olyan örökségek, amelyek tovább élnek a fiatalokban, ha van bennük nyitottság és tisztelet. Az erkölcs nemcsak tanulható, hanem örökölhető is szocializációs mintaként – ha van, aki továbbadja, és van, aki befogadja.

Az új nemzedék szerepe

A jövő nemzedéke nemcsak technológiai újításokat fog létre hozni, hanem új társadalmi mintákat is teremtet. Ebben a folyamatban kulcsfontosságú, hogy a fiatalok ne veszítsék el az erkölcsi iránytűjüket. A szabadság, a kreativitás és az önkifejezés mellett szükség van felelősségre, tisztességre és együttérzésre is. Az igazi fejlődés nemcsak az eszközökben, hanem az emberek lelkében történik.

A világ jövője nagymértékben azon múlik, hogy milyen értékeket hordoznak azok, akik majd vezetni fogják. Ha az új nemzedék megtanulja tisztelni az igazságot, megbecsülni az emberséget, és felelősséget vállalni a döntéseiért, akkor nemcsak technológiailag, hanem erkölcsileg is fejlődő társadalmat építhetünk.

Az emberi méltóság alapkövei

Az emberi élet nem csupán biológiai létezés, hanem egy belső utazás, amelyet értékek világítanak meg. Ezek az erkölcsi irányelvek nem szabályok, hanem belső erők, amelyek segítenek eligazodni a döntéseink, kapcsolataink és önmagunk megértésében. Ebben a könyvben olyan alapvető értékekről lesz szó, amelyek nemcsak egyéni, hanem közösségi szinten is meghatározzák az emberi méltóságot.

Értelem:

Mint egy tiszta tükör, amelyben a világ visszaverődik. Az értelem segít megkülönböztetni a látszatot a valóságtól, és megérteni a dolgok mélyebb összefüggéseit.

Érzelmi intelligencia:

Egy finom hangolású hangszer, amely érzékenyen reagál mások rezdüléseire. Az érzelmi intelligencia az empátia és az önismeret találkozása.

Elfogadás:

Mint egy nyitott kapu, amelyen bárki beléphet. Elfogadni valakit nem azt jelenti, hogy egyetértünk vele, hanem hogy méltóságot adunk neki.

Pozitív gondolkodás:

Egy napfényes ablak, amelyen keresztül a világ szí-
nesebbnek tűnik. Nem tagadja a nehézségeket, de
hisz a megoldásban.

Szabadság:

Mint egy madár az égen, nem korlátlan, de szárnya-
lő. A szabadság nemcsak jog, hanem felelősség is.

Őszinteség:

Egy tiszta forrás, amelyből bátran lehet inni. Az
őszinteség nem mindig kényelmes, de mindig tisz-
tességes.

Tisztelet:

Mint egy meghajlás mások emberi méltósága előtt.
A tisztelet nem rangot, hanem figyelmet jelent.

Felelősség:

Egy iránytű, amely segít a helyes úton maradni.
Felelősséget vállalni annyi, mint elismerni a tetteink
súlyát.

Igazságosság:

Egy mérleg, amely nem hajlik el sem az érdek, sem
az előítélet súlya alatt. Az igazságosság az egyen-
súly keresése.

Empátia:

Egy kézfogás a másik lélek felé. Az empátia nem
sajnálát, hanem megértés.

Hűség:

Mint egy szikla a viharban, állandó és megbízható.
A hűség nem vak ragaszkodás, hanem tudatos vá-
lasztás.

Szolidaritás:

Egy lánc, amely összeköt bennünket. A szolidaritás a közös felelősségvállalás ereje.

Becsületesség:

Egy pajzs, amely megvéd a képmutatástól. A becsületesség belső egyenesség, amely nem hajlik meg a külső nyomás alatt.

Ahogy végig tekintünk az értelem, az érzelmi intelligencia, az elfogadás, a szabadság, az őszinteség, a tisztelet és a többi erkölcsi érték szimbolikus világán, ráébredhetünk, ezek nem elvont fogalmak, hanem élő, lélegző erők, amelyek ott munkálnak minden döntésünkben, minden kapcsolatunkban, minden kimondott és kimondatlan szóban.

Ez a könyv nem tanít, hanem emlékeztet. Nem ítélt, inkább kérdez. Nem szabályokat kínál, hanem lehetőségeket tár fel. Ha valaha érezted, hogy a világ zajában elvesz az emberi lényeg, ha keresed a belső iránytűt, amely segít eligazodni – akkor ez az utazás neked szól. Induljunk el együtt. Az értékek nem a múlt relikviái, hanem a jövő kulcsai. Minden kulcs egy ajtót nyit: önmagunkhoz, egymáshoz, egy emberibb világhoz.

Márton Csilla

AZ ÉRTELEM

Manapság minden az értelem körül forog, ebben hisznek az emberek. Ma leginkább ésszel harcolunk. Értelmi világunk jellegzetessége a materializmus, a külvilágba vetett hit. A külső körülményekben keressük a hibát, átszervezésével várjuk a megoldásokat.

Ez egy olyan fogalom, amely az észlelt helyzet, a tudás, valamint a gondolkodás és a megértés képességét jelenti. Az értelem segítségével képesek vagyunk logikus kapcsolatokat kialakítani, következtetni, döntéseket hozni, illetve a világban történő eseményeket értelmezni. Mindez gyakran összefonódik a racionalitással, a kritikai gondolkodással és a problémamegoldó képességgel.

Jelentősége abban rejlik, hogy lehetővé teszi számunkra, hogy megértsük a körülöttünk zajló folyamatokat, kommunikáljunk másokkal, és döntéseket hozzunk. Az értelem révén kapaszkodhatunk a tudományos gondolkodásba, az etikai megfontolásokba és a társadalmi interakciókba, amelyek elengedhetetlenek a személyes fejlődéshez és közösségi élethez. Összességében, kulcsfontosságú szerepet játszik az emberi tapasztalatokban, segítve az egyént abban, hogy tudatosan és céltudatosan navigáljon a világban.