

A NYUGALOM MINT HIÁNYCIKK

Rendkívül zaklatott világban élünk, ahol szinte mindenki rohan, fut, siet, ebből eredően pedig ideges és türelmetlen. Az embereknek egyre kevesebb dologra jut idejük, és ez még feszültebbé teszi őket. Már szinte alig ismerik azt a fogalmat, hogy csend és nyugalom. Vannak ugyan néhányan, akik a fizikai élet zaklatottságától még meg tudják kímélni magukat, de a lelki és szellemi stressz őket is eléri, hiszen ez helytől és időtől függetlenül telepszik rá az emberek tudatára.

Néhányan megpróbálnak kimenekülni a természetbe, nyugalmat és kikapcsolódást keresve, de csak időleges és részleges megoldást és lehetőséget találnak. Mások pedig szinte már rabszolgáivá lettek annak a korszellemnek, ami nem is engedi az igazi elcsendesedést, az igazi megnyugvást. Ők hiába mennek ki a természet csendjébe, ott is a fülükbe dugják a zsebükben lévő lejátszó fülhallgatóját. Így aztán látják ugyan a csend világát, de nem részesülhetnek belőle, mert a fülükben ott ver és dobol a modern zene tomboló zaja. Aki pedig hozzászoktatta magát ehhez az életformához, annak az igazi csend és nyugalom már zavaró körülménnyé vált, már nem is érzi jól magát ilyen környezetben. Ezért minden élethelyzetben késztetést érez, hogy bekapcsoljon valamilyen készüléket, mert az idegrendszerét zavarja a csend, a teljes nyugalom. Vagyis zajfüggővé válnak az emberek, ami viszont állandóan feszült állapotban tartja az idegeiket.

Kevés azoknak száma, akik valóban szeretik élvezni a csendet, akik valóban megnyugvást keresnek a mindennapok felspanolt zaklatottsága után. Az emberek egyre inkább elfelejtik a csend megnyugtató hangját.

A nyugalomunk másik gyilkosa az aggodalom és szorongás, vagyis félelem a holnaptól. Mert a jövő egyre kilátástalanabb,

hiszen egyre gyakrabban jelennek meg a különböző természeti katasztrófák, földrengések, árvizek, földcsuszamlások, pusztító tűzvészek, fertőző vírusok, amelyek egy-egy esetben sok ezrek életét teszik tönkre, időnként mindenüket elpusztítva. Ahol ezek a jelenségek elmaradnak, ott a hatalom birtoklásáért vetekedő emberek teremtenek jobb esetben csak létbizonytalanságot, rosszabb esetben viszont ezrek és milliók pusztulását idézve elő. Jézus úgy beszélt erről a történelmi korról, hogy *„az emberek elhalnak a félelem miatt, és azoknak várása miatt, amik e föld kerektségére következnek”* (Lk 21,26).

Mindezek hátterén jön felszínre bennünk az a kérdés, mi lesz velünk, nincs kiút számunkra ebből a rettenetes élethelyzetből? Mit tehetünk azért, hogy végre nyugalmat találjunk, és a csend áldása nyugtassa meg a felkorbácsolt állapotban lévő idegeinket, még akkor is, ha a körülményeken nem tudunk változtatni?