

BOROS BRIGITTA

A képzelet „mumusa”,

avagy hogyan befolyásolja a félelem a mindennapjainkat

Csupán kétféle félelem születik együtt az emberrel: a leeséstől és a zajoktól való félelem. A többi, legyen az a sötétségtől, a szűk helyektől vagy az ágyad alatt lapuló szörnytől való félelem, mind az elméd szüleménye. Nemhiába találja ki ezeket az ember: szeret félni. Ez a lételeme: a folytonos aggodalom, hogy elfogadják-e egy új közösségben, követik-e hazafelé a sötét utcán, s hogy mit tartogat számára a jövő.

A félelem a képzeleted „mumusa”, amely ott lappang valahol az elméd legmélyebb bugyraiban, és amikor már épp megfedkezni róla, a semmiből előugrik és magával ránt a sötétségbe. Ez az egyetlen közös az emberekben: legyenek jók vagy rosszak, a félelem érzete mindenkiben él. Ahogy Székely János is vallja: „Mindenki fél valakitől, mert mindenkitől fél valaki, mert egyetlen nagy félelem, egyetlenes rettegés fogja és markolja össze ezt a szomorú földet.”

Úgy gondolom, hogy a félelem a fantázia mellékterméke. Aki fél, az könnyen el tudja képzelni a legrosszabb helyzeteket, amik vele történhetnek, így automatikusan elkerüli azokat. Vagy legalábbis megpróbálja. Egy sötét utcába sem fordulsz be egyedül, mert félsz, hogy megtámadnak, kifosztanak, elrabolnak vagy esetleg... Ugyan miért is sorolom fel őket?! Mindenkinek megvan a maga titkos félelme a sötét utcákkal kapcsolatban!

A félelem érzetével az ember képes különbséget tenni a jó és rossz között. Értelemszerűen a rossztól és az újtól mindig tart az ember, de az új dolgok nem feltétlenül rosszak. Hányan élték már át életük során a környezetváltozástól való félelmet, legyen az egy új munkahely, új iskola, új lakhely? Először tartanak attól, mi fog rájuk várni egy új környezetben, de aztán rájönnek, hogy valójában a félelem

BOROS BRIGITTA (1999, Bihar) a nagyváradi Mihai Eminescu Főgimnázium tanulója. Hobbija az olvasás és az írás (a gyermekkönyvek világnapjára kiírt váradai meseíró pályázat első helyezése 2016-ban; egyéb pályázatok).

felesleges volt, a helyzet jobban alakul, mint várnák.

A gyermeki képzelőerőnél nincs erősebb, ezáltal a gyermekek félelmei is nagyobbak. Gyakran félnek attól, hogy valahol otthagyják, bezárják őket, rettegnek a sötétől, az éjszaka nyitva maradt szekrényajtótól, félnek az ágy alatt lakozó szörnytől, ezért nem merik kidugni a lábukat vagy a kezüket a takaró alól, és talán megrémíti őket a szél mozgatta ágak árnyéka, de ez mind erős fantáziára utal.

A félelmek mögött gyakran rossz emlékek állnak. Ha tudom, hogy megtámadott a szomszéd kuttyója, legközelebb megpróbálom elkerülni. Ha viszont ezek a félelmek nem „ele-

gendőek”, az ember elég kreatív ahhoz, hogy új félelmet találjon ki magának. Mára már annyi kitalált félelem van, hogy mindenkire jutna kettő is. Aki például fél a tömegtől, annak elég kellemetlen élmény lehet minden tömegközlekedési eszközön való utazás, de nem ritka a baktériumoktól, a pókoktól és a bohócoktól való félelem sem. Vannak, akik a hosszú szavaktól rettegnek, nem mernek átmenni a hidakon, irtóznak a nyolcas számtól, valamint a léggömböktől – csak hogy néhány furcsa fóbiát említsek...

A félelem ellen alkalmazott leggyakoribb „védekező mechanizmus” a „nem tudom” és a „nem”. Sokan félnek elmondani a saját véleményüket, ezért, hogy a csalódást és a megbántást elkerüljék, egyszerűen csak annyit mondanak: nem tudom.

A szorongás, aggodalom és félelem jelenléte gyakran egészségesebb, mint gondolnánk! Sőt, annak hiánya az életünket veszélyeztetné. Gondoljunk csak bele: ha az ember nem tartana a vadállatoktól, gondolkodás nélkül mászná át az állatkerti kerítést, hogy megölelje az oroszlánt, tériszony nélkül pedig minden második ember bátran ugrana ki a hatodik emeleti ablakból...

A hit lehetne a félelem egyik alapanyaga: ha az ember fél, gyakran „megtér” és jó keresztényhez híven buzgón imádkozik, bepótolva ezzel a többéves kihagyást. A félelem leküz-

dése a hatalmas akaraterőnek köszönhető. Ha rettegsz a magasban, magadtól kell felmásznod a létra fokain. Minél magasabbra jutsz, annál könnyebben szabadulsz meg a tériszonytól. A félelem emellett hatalom is lehet. Ha félelmet tudsz kelteni másokban, nagy hatalom áll a rendelkezésedre. Irányíthatod a körülötted lévőket a pusztá akaratoddal, ha ismered legnagyobb félelmeiket. Jussanak eszünkbe a történelem legnagyobb diktátorai: Hitler, Sztálin, Mussolini, akik terrort alkalmazva irányítottak és tartottak sakkban több millió embert.

Úgy hiszem, szükségünk van a félelem érzetére, mert nélküle az élet talán sokkal unalmasabb lenne. Nem lenne meg a napi „aggódás-adagunk”, ami felborítaná az egyensúlyt és a változatosságot. Végezetül pedig ne feledjük, nem a szekrényben lakozó szörny miatt kell aggódnunk, hanem az elménkben lakozó „mumus” miatt.