

„A másíknak szabad így gondolkodnia; én csak megpróbálok elképzelni, milyen következményei lesznek az ő konfliktusmegoldási javaslatainak.”

3. szabály: Terjessze elő világosan a saját álláspontját! Erre nézve fontos, hogy megpróbálja tárgyilagosan úgy ismertetni a problémát, ahogyan Ön látja, de ne hagyja ki az érzelmeit se, mert nem léteznek tisztán tárgyi problémák. A csoportdinamika egyik felismerése így hangzik: „Aki átsíklík az érzelmein, az el fog botlani bennük.” Mutassa ki az érzelmeit, különben azok más helyen fognak fölbukkanni, és gátjai lesznek a beszélgetésnek.

4. szabály: Ne körözzön folyton a múlt körül, hanem a jövő számára keressen megoldást! Ezért nem is fontos, hogy kikutassák, ki a hibás a pillanatnyi helyzetért, ez csak öngazolásokhoz és támadásokhoz vezetne. De józanul kérdezze meg, hogy a konfliktuspartnerek mivel járultak hozzá a jelenlegi helyzethez! És közösen tegyék föl a kérdést, hogyan tudnának kijutni ebből a helyzetből!

5. szabály: Hagyja érvényesülni mindkét álláspontot, anélkül, hogy értékelné azokat! Azután kérdezze meg: A megoldás milyen útja lenne elképzelhető? Mind a két pártnak meghívása van arra, hogy lehetséges

megoldást javasoljon. Eközben egyik párt se tagadja meg magát, de ismerje el az ellenpárt törekvését is! Ha mindkét konfliktuspartner megtette a maga megoldási javaslatát, lehet vitázni azon, hogy milyen következményekkel járnak ezek az új javaslatok, és arról kellene beszélni, közben hogyan érzik magukat a konfliktuspartnerek: így érzik-e, hogy a másik komolyan veszi őt, vagy éppen átlép rajta. Mindenesetre nem arról van szó, hogy fenntartsák saját önfejűségüket, és ne bocsátkozzanak bele semmilyen kompromisszumba. Ha az egyik párt blokkolja a folyamatot, akkor javasolni lehet, hogy mindkettő még egyszer gondolja át magában, hogyan látja a helyzetet, majd ismét össze lehet jönni, és megnézni, hogy közelebb kerültek-e egymáshoz. Ha semmilyen konfliktusmegoldás nincs kilátásban, akkor ezt világosan meg kell nevezni, és azt kell mondani: Pillanatnyilag nincs megoldásunk. De közben nem szabad a másik nyakába varrni a felelősséget. El kell ismerni megbeszélés kudarcát, ugyanakkor remélni kell abban, hogy a megoldás lehetővé válik egy későbbi beszélgetésben, amelyről most megegyeznek.

6. szabály: Ha sikerült kidolgozniuk közös megoldást, akkor azt rögzítsék írásban, és egyezzenek

meg abban, hogy mindenki tartani fogja magát hozzá. Ezzel az írásos rögzítéssel zárják le a megoldáskezesést! Mondjanak le a további gondolkodásról azt illetően, hogy egy másik javaslat jobb lenne-e! Tartsanak ki a megegyezett megoldás mellett anélkül, hogy szomorkodnának a lehetséges más megoldások miatt! Ez a szomorkodás csak felémésztené az energiáikat.

7. szabály: Ha nehéz volt a megoldás útja, akkor ünnepejék meg a megoldást! Ez feszültségmentesíti a helyzetet, és más síkon hozza össze a konfliktuspartnereket. Igyanak meg együtt egy pohár pezsgőt, és koccintsanak a megoldásra és a jövőbeli jó együttműködésre! És mondjanak köszönetet minden résztvevőnek azért, hogy együtt dolgozott a megoldáson; mert az, hogy egy megoldás lehetségessé válik, minden résztvevőnek ama készségén múlik, hogy szóba áll a többiekkel, és kissé eltávolodik a saját álláspontjától.

Anselm Grün

Forrás: A. G., Konflikte bewältigen, Herder Verlag, 2016, 20-22, 93-105, 141-143.

Kivonatos ismertetés.

A barátság titka

BARÁTSÁG. Alig van olyan téma, amely ennél nagyobb érdeklődést váltana ki a szociológusokból, filozófusokból és kultúrtörténészekből. Hatásosan igazolják ezt újságok cikksorozatai, nagy múzeumok kiállításai és az erről szóló könyvek alig áttekinthető bősége. De mi a titka annak, amit a görögök *philia*-nak neveztek, a rómaiak pedig *amicitia*-nak vagy *dilectio*-nak? Tulajdonképpen mi jellemzi a mély barátságot? Mi a barátság legbelső, izzó magja?

Bárkit kérdezőnk is, ismertetőjegyeként a következőket nevezik meg: a bensőséges lelki rokonságig menő, kölcsönös rokonszenv, a gondolatok és érzelmek bizalomteljes cseréje, titoktartás harmadik személyekkel szemben, gyakorlati segítségnyújtás a hétköznapokban és sok hasonló. A barátság elemi összefüggésben áll a vonzódással és a szeretettel. „Könnyen el tudlak

viselni”, mondjuk jellemző módon, ezért áll: „Barátod az, aki nagyon jól ismer téged, mégis kedvel.” Ezt a kacsintós elmésséget persze meg is lehet fordítani, és az önmagunkkal való kapcsolatra is lehet vonatkoztatni. Hiszen éppen a barátaimhoz fűződő bensőséges kapcsolatok tárnak föl engem önmagamnak. Önmagam számára részlegesen vak vagyok. Senki sem képes a háta mögé nézni. Senki sem hallja így a saját hangját, ahogyan mások hallják azt. Senki sem látja önmagát kukucsální.

Ahhoz, hogy láthassam, ki vagyok és milyen vagyok, szükség van mások, kiváltképpen a barátok tükrére. Ebből fakad *Arisztotelész* híres meghatározása: „A barát egy másik önmagam, mintegy a második énem.” *Cicero*, a római sztoa képviselője átvette ezt a meghatározást, és arra mozzanatra vonatkozóan konkretizálta, amely a mély barát-

ságok sajátja: „Létezik-e szebb dolog, mint ha van egy olyan embered, akivel bátorcodol mindent így megbeszélni, mint a saját éneddel?”

Ítt mutatkozik meg, hogy az életem mélysége mindenekelőtt menyire azokon a kötelékeken keresztül tárul föl előttem, amelyek azokhoz fűznek, akik barátsággal viszonyulnak hozzám. Az őszinte barátságok akadályozzák meg, hogy az ember elég legyen önmagának. Az önelégültség korlátoz, sok szempontból elszegényíti az embert, a barátság viszont gazdagítja az életet. A barátság alighanem ezért számított az ókor műveltjei számára a legörvendetesebb dolognak, amivel csak megajándékozhatnak minket az istenek: „Akinek nincsenek barátai, az szegénynek számít, legyen különben mégoly gazdag is, mert a jó emberekkel fennálló barátságok nyitják meg az embert 'a Jó' számára” – mondta *Arisztotelész*.

Tulajdonképpen meglepő, hogy a téma már nemigen áttekinthető irodalmában alig reflektálnak a barátság lelki, spirituális vonatkozásaira. Bármennyire magukban hordozzák is értéküket a barátságok, bármennyire öncélúak is, épp annyira gyökereznek valami többen, mint csupán önmagukban. A barátok tudják, hogy a radikális, becsületes gondolatcsere során ugyanazon magasabb fórum színe előtt állnak, és ez arra kötelezi őket, hogy hűségesek legyenek önmagukhoz és az igazsághoz. Képes-e az ember becsapni a barátját? Vagy egyenesen hazudni neki? Ha ez nem lehetséges, mivel a barátok közti őszinte beszélgetés a szó radikális értelmében vett őszinteséget követel meg, akkor világos, hogy a mély barátságok végső soron egy olyan valóságban gyökereznek, amelyre a barátoknak nincs befolyásuk, hanem azt élik át, hogy bele vannak szöve abba.

A KÉSŐ ÓKOR filozófiai hagyománya mindig is ismerte ezeket az összefüggéseket, és ez a hagyomány mélyen meghatározta a keresztény barátságélményt. A lelki életnek szüksége van személyes, becsületes eszmecserére olyan emberekkel, akiket – amint engem is – hasonlóképpen megérintett Isten. Azt, hogy a barátok éppen vallási vonatkozásban mennyire válhatnak egymás lelkivezetőivé, kiválóan lehet tanulmányozni *Agoston* (354-421)

életrajzán.

Alypius, *Nebridius* és *Evodius* nevű tanuló társaihoz fűződő szoros barátsága nélkül – „amelyet ugyanazon vonzódás napmelege érlelt meg” – minden bizonnyal más irányt vett volna *Agoston* intellektuális és lelki fejlődése. Nem utolsósorban legszorosabb gyermekkori barátjának, *Alypiusznak* a ragaszkodása érlelte meg benne az elhatározást, hogy megkeresztelkedik. És *Evodius* állhatatos kérdezősködése nélkül *Agoston* talán sosem mélyült volna el annyira a Szentháromság mélységeiben. „Senkit sem lehet legbenső lényegében megismerni, kivéve barátság révén.” *Agoston* e csodálatos mondása rámutat arra, hogy létezik olyan lelki rokonság, amely által két vagy három, esetleg négy-öt ember (több biztosan nem!) igazán megismeri egymást, mivel tudják, hogy egymás kölcsönös megismerése során egy egészen más Valaki ismeri meg őket. Az intenzív beszélgetésben föltárulkoznak egymás számára, s ekkor új láthatárok tárulnak föl, egy új világ nyílik meg, ahol egy *daimón*, egy isten működik, s az ember szó szerint „egymás”-sá válik, olyan közelségbe jut be, amely nem beszűkít, hanem tágasságra vezet. És hirtelen az a kérdés jelenik meg a térben, amelylyel *Rainer Maria Rilke* (1875-1926) foglalta szavakba azt a fájdalmas és boldogító tapasztalatot, amely már a fiatal *Agoston* is izgat-

ta: „Mint tartsam az én lelkem, hogy ne érjen / a te lelkedhez?”, hogy végül ezzel az ámuló felkiáltással fejezze be versét: „Milyen hangszere vonták szíveinket? / S milyen játékos tart kezébe minket? Ó, égi dal” (*Szerelmes dal*, *Kosztolányi Dezső* fordítása).

Az ilyen tanúságtételekből lehet látni, hogy az intenzív barátságokat mennyire nem lehet akaratlagosan „megcsinálni”: megtörténnék, osztályrészül jutnak nekünk, az ember legbensőjét, legintimebb rejtékét érintik meg. A legbensőbb, legintimebb részem az alapja *önmagamnak*. *Önmagam* alapja az én legsajátabb részem, de amely mint *alap* persze megelőz engem, és ennyiben megintcsak nem a sajátom, hanem az a transzcendencia, amelyre immanenciám közepette rábukkanok. De pont ezt a transzcendenciát illetően vagyok részben vak. Engednem kell, hogy föltáruljon számomra. És amennyiben engedem, nyitottá válok *önmagam* számára. Egyetlen ember sem birtokolja a kulcsot *önmagához*, mivel senki sem birtokolja *önmagát*. Jelentős területeket illetően mindig idegenek is vagyunk magunk számára. Csak az *önmagam* „Másikával” folytatott kapcsolatban leszek azzá, aki vagyok ugyan, de akivé mégis még válnom kell. *Önmagam* „Másika” pedig – a barát.

LEGKÉSŐBB ITT villan fel a mély barátság „vallási” mozzanata. Hiszen a „vallás” szót a latin *re-ligare* igéből lehet levezetni, amely azt jelenti: összekötni, visszacsatolni. Ha a barátság eredete abban van, hogy elbájol minket a szeretett ember, ha a barátságra sarkalló erő valamiféle Erosz, amely megragad minket, akkor a barátság valamiféle levezethetetlen valóságként jelenik meg. De a barátság – bármennyire valami *abszolút* villan is föl benne – a legnagyobb mértékben *relatív*, mivel kapcsolatba állít minket. Először is kapcsolatba hoz a szeretett baráttal, és ezáltal *önmagunkkal*; azután kapcsolatba a világgal, mert a barátságban van valami elemi kötődés a világhoz, megnyitja számunkra a világot; és végül, de nem utolsósorban kapcsolatba hoz azzal, ami teljesen levezethetetlen. Mi az, ami teljesen levezethetetlen? Az, ami *önmagában* nyugszik, és amivel ugyanakkor minden kapcsolatban áll: az „a Jó”, amihez képest minden *relatív*, mivel minden belőle következik.

Joachim Negel

Forrás: Publik-Forum, 2019/15

