

DANIEL GOLEMAN

# A JÓSÁG HATALMA

*A dalai láma jövőképe*

## A dalai láma előszava

A tibetieknek – köztük nekem is – nehéz időszak volt az az ötvenhat év, mióta menekültként elhagytam Tibetet, hogy Indiában szabadon élhessek. Ezalatt sokat segített nekünk hagyományunk egyik útmutatása, amely arra szólít fel, hogy a legkedvezőtlenebb körülményeket is próbáljuk meg lehetőségekké alakítani. A menekülsors hozzájárult ahhoz, hogy látóköröm kiszélesedjen, hiszen ha Tibetben maradtam volna, minden bizonnyal a külvilágtól elszigetelve élem le az életem, és soha nem szembeülök a különböző nézőpontok jelentette kihívásokkal. Tulajdonképpen szerencsésnek mondhatom magam, hogy sok országba eljuthattam, rengeteg különböző embert megismerhettem, tanulhattam a tapasztalataikból, és ugyanakkor megoszthattam velük az én ismereteimet. Ez megfelelt a lelkialkatomnak is, nem kedvelem ugyanis a formaságokat, mert az szerintem csupán a távolságot növeli az emberek között.

Emberi lényként tisztában vagyok azzal, hogy jólétem másoktól függ, és erkölcsi kötelességemnek tekintem törődni az ő jólétükkel. Nem gondolhatjuk, hogy a jobb jövőt pusztán imákkal és jókívánásokkal elérhetjük.

Cselekednünk kell. A legfontosabb kötelezettségem tehát az, hogy tőlem telhetően hozzájáruljak az emberi boldogsághoz. Buddhista szerzetesként szerzett tapasztalatom azt mutatja, hogy minden vallásos hagyomány képes a szeretet és az együttérzés üzenetének közvetítésére. A második kötelezettségem tehát a vallások közötti harmonikus és baráti viszony elősegítése. Tibetiként pedig (jóllehet a politikai pozíciómról lemondtam) továbbra is megteszek mindent a tibeti nép megsegítése, a komoly veszélynek kitett buddhista kultúránk megőrzése és a hasonló veszélyben lévő tibeti természetes környezet megővése érdekében.

Nagyon örülök, hogy kedves barátom, Dan Goleman megírta ezt a könyvet, amely arról számol be, hogy ezek az alapvető elkötelezettségek miként alakultak ki bennem az utóbbi évtizedekben. Tapasztalt író ő, olyan, aki élénken érdeklődik a belső és külső világunkat leíró tudományok iránt. Nekem sokat segített, és úgy gondolom, minden szempontból alkalmas arra, hogy – mint ebben a könyvben is teszi – e kérdéseket világosan kifejtse.

Meggyőződésem, hogy képesek vagyunk egy békésebb világot kialakítani, amelyben boldogabb emberi lények élnek együtt, egymást támogatva. De a kérdést tágabb perspektívában és hosszú távon kell vizsgálnunk. A bennünk és a világban beálló változások nem egyik napról a másikra történnek meg, idő kell hozzájuk. Ám ha nem teszünk erőfeszítést, akkor biztosan nem történik semmi. Remélem, az olvasók is megértik majd, hogy ezt a változást nem a kormányok vagy az ENSZ határozatai hozzák majd el. A valódi változás akkor áll be, amikor az emberek magukat alakítják át, és életüket az összes emberi

etikai rendszerre, a tudományos eredményekre és a józan észre épülő értékek szerint élnek. Kérem az olvasót, e könyv olvasása közben ne feledkezzen meg arról, hogy emberi lényként – a csodálatra méltó emberi intelligencia és a szeretetre való képesség birtokában – mindannyian lehetünk jóra vezető erő.

Első fejezet

## Alakítsuk át a jövőt!

A BBC a világon mindenhol sugározza hírműsorait. A hírek eljutnak a Himalájába, a hegyoldalban meghúzódó Dharamszala fölötti McLeod Gandzsa is, ahol Tenzin Gyatso, a XIV. dalai láma él.

Már fiatalon, Tibetben is a BBC lelkes hallgatója volt. Rendkívül nagyra értékeli, hogy az információik megbízhatóak, és azokon a napokon, amikor fél hatkor otthon van, reggelizés közben mindig meghallgatja a hírműsorukat.

Azt mondta nekem, hogy úgy érzi, a hírek csak gyilkosságokról, korrupcióról, visszaélésekről, örültekről szólnak. Ahogy napról napra hallgatta a híreket a végeérhetetlen emberi szenvedésről és az igazságtalanságokról, arra a következtetésre jutott, hogy a legtöbb tragédia ugyanarra vezethető vissza: az együttérzés és a felelősség hiányára. Szerinte az erkölcsnek arról kell szólnia, milyen kötelezettségeink vannak a többiek iránt, szemben azzal, hogy magunknak mit akarunk.

Vizsgáljuk meg a reggeli híreket abból a szempontból, hogy vajon van-e az emberiségnek erkölcsi iránytűje. Valósággal fuldoklunk a rossz hírekben: bombázások miatt

gyermekek halnak meg az otthonukban, a kormányok brutálisan elnémitják az elégedetlenkedőket, újabb és újabb természetes élőhelyek pusztulnak el... Aztán ott vannak a véres kivégzések, az inváziók, a földi poklok, a rabszolgamunka, a rengeteg menekült és a nyomorban élő dolgozók, akik nem tudnak annyit sem megkeresni, hogy meglegyen a napi betevő falatjuk és tető legyen a fejük fölött. Az emberi hibák sora látszólag végtelen.

A híreket hallva az embernek különös *déjà vu* érzése támad. A mai hírek nagyon is hasonlítanak a tavalyiakra, a múlt évtized vagy a múlt század híreire. E tragikus történetek csupán a régiek újabb változatai, a történelem újabb téves lépései.

Büszkék lehetünk arra, hogy a történelem során mennyit fejlődtünk, de mindenképp aggasztó, hogy a pusztítás, az igazságtalanság, a korrupció és a súlyos egyenlőtlenség egyáltalán nincs eltűnőben.

Mivel ellensúlyozhatjuk mindezt, hogyan építhetünk olyan világot, amelyet szeretnénk?

A dalai láma arra buzdít minket, hogy az ezt szolgáló erőket saját magunkban hozzuk létre. Különleges nézőpontjának köszönhetően világosan érzékeli, az emberiség hol téved rossz irányba, és mit tehet azért, hogy jobbra forduljon a története – ne ismétlődjenek meg újra és újra a régi katasztrófák, hanem belső erőforrásaira támaszkodva szembe tudjon nézni a mai kihívásokkal, és meg tudja változtatni a narratívát.

A dalai láma olyan ellenszerről beszél, amelyre nagy szükségünk van. Ez az ellenszer a jóság hatalma.

Soha nem ismertem senkit, aki ennyire tisztán testesítette volna meg ezt az erőt, és aki ennyire határozottan emelte volna fél a szavát mellette. Először az 1980-as