



**Ez most komoly?
– a humorról emberkedvelőknek**

GYŐR

2011. április 1. péntek, 18.00

Rómer ház, Premier Terem, Teleki u. 21.

Előadás pszichológiai gyakorlatokkal és jelenetekkel

Miért erény a humorérzék, és mi mindenre lehet gyógyír? Feszültség, önzés, csüggedés – hogyan vehetjük fel velük a harcot a humor segítségével? Előadásunkon a humor felszabadító erejét tanulmányozzuk – saját magunkon.

Belépődíj: 600 Ft, kedvezménnyel 500 Ft.



**Sophia Filmklub
Az ötödik pecsét**

BUDAPEST

2011. április 2. szombat, 16.00

Az Új Akropolisz Központja,
Rigó utca 6-8.

A második világháború sötét óráiban négy kisember arról vitatkozik egy fővárosi kiskocsmában, hogy vajon mi a jobb, ha Tomoцеuszkatitit az ember, vagy ha Gyugyu? Erre a látszólag értelmetlen kérdésre, amely valójában azt firtatja, hogy a szegény, de tisztességes élet-e a jobb vagy a gazdag, de zsarnoki, következőképp tisztességtelen, mindenkinek más-más válasza van, ezek pedig első-sorban személyes háttérükről, kicsinyes hétköznapjaikról tanúskodnak. Nem is sejtjük, hogy ártatlanul megfogalmazott álláspontjaikat a sors hamarosan próbára teszi, és olyan döntést kell hozniuk, amelyben a tét saját erkölcsi tisztaságuk és az életük. A film, amelyet Fábri Zoltán készített Sánta Ferenc regénye alapján, méltán az egyik leghíresebb mű a magyar filmtörténetben.

Belépődíj: 800 Ft, kedvezménnyel 600 Ft.

Napkelte

Ma láttam egy fénysugarat... Nem először láttam ilyet, de ma új megvilágításba került. Olyan volt ez, mint amikor az ember először vesz észre valamit, amit addig csak nézett, de látni nem látott...

Rám tódult a fény, az erős és tiszta napfény, amely egy szempillantás alatt – a napkelte áldása! – eloszlatta a környezetében lévő árnyékokat. A világ hirtelen formát és színt kapott; „hirtelen”... mert, mint a gyerekek, létezését tulajdonítunk mindannak, amit előtte nem is sejtettük, csupán azért, mert addig nem vettük észre.

Lelki szemeim előtt hirtelen megjelent a sokszor olvasott és értelmezett platóni barlanghasznalat: az anyag sötétjében sínylő ember képe. Az emberé, aki tapogatózva tud csak eligazodni, és mivel nem lát világosan, alig ismeri a környezetét. Az emberé, akit ez a sötétség tart fogva, úgy, hogy nincs is tudatában börtönének, mégis hajtja a megszabadulás vágya, és szétszakítja láncait a kijárat keresése közben. Az emberé, aki kijut a napfényre és megrendíti az addig ismeretlen és váratlan ragyogás. Ő az, aki hirtelen rácsodálkozik a valóságra; most már látja, most már érti.

Ezek a képek peregetek le képzeletemben, és még annyi minden más, amikor megpillantottam a kirobbanó, hajnali fénysugarat. És ekkor új gondolat merült fel bennem: a fény létszükséglet, amely minden embert sarkall.

Bárcsak tudnánk fényt gyűjtani, miközben figyelünk, tanulunk, ítélünk... Bárcsak világosság támadna bennünk is, és a lélekben is fel tudna kelni a nap, mert akkor sok árnyék feloszlana... Valószínűleg számos



kérdés tisztázódna, mert azelőtt a kételyek félhomályában éltünk. Valószínűleg kitárulna előttünk az élet, és lehetővé válna, hogy akárcsak a nap, fentről szemléljük és tisztán rálásunk életünk minden történésére.

Amikor fentebbről szemléljük a dolgokat, már nem csak a mindennapi túlélésért folytatott harc vad drámaiságát látjuk bennük. Amikor így szemléljük a dolgokat – egy kis fényvel megvilágítva –, attól még ugyanolyanok, mégis másként látjuk őket, és talán érthetőbbé is válnak. Amikor az ebek ugyanazon a csonton marakodnak, a föld közeléből nem veszik észre, hogy tőlük alig pár méternyire több csont is hever a talajon, további lehetőségek, amelyek miatt értelmetlenné válik az addigi acsarkodó harc. Háborúk, egymás meg nem értése, összeütközések, gyilkosságok, feszültségek, gyűlölködések, hiúság, becsvágy... mind olyan csontok, amelyekért megannyi ember marja egymást... De egy kicsit messzebből nézve, egy kicsit felülemelkedve, egy kis fénysugár megvilágításában, mindent tisztábban ítélnünk meg. Az életnek van fényes és sötét oldala, boldog és szomorú pillanatai, ezt el kell fogadnunk, fel kell ismernünk ennek törvényszerűségét, és meg kell tanulnunk mindennek tudatában az élet fénylő és boldog oldala felé fordulva haladni.

Babonák régen és ma

BUDAPEST

2011. április 9. szombat, 16.00

Az Új Akropolisz Központja,
Rigó utca 6-8.

Mik a babonák? Csupán a félelem és vágy szüleményei vagy gyakorlati jó tanácsok egy láthatatlan, ismeretlen világhoz? Igaz, hogy a fekete macska, a péntek 13. vagy a kéményseprőhöz kapcsolódó babonák idejétmúltak tűnnek, de ha más formában is, a babona köszöni szépen ma is él és virul. Hogyan boldoguljunk hát az új keletű babonák, hoaxok, városi legendák, tévhitek sokaságában?

Belépődíj: 800 Ft,
kedvezményel 600 Ft.

Filozófiai bevezető kurzus

11 részes filozófiai és önismereti tanfolyam pszichológiai gyakorlatokkal a mindennapokra

EGER

2011. április 13. szerda, 18.30

Az Új Akropolisz egri központja,
Gyóni Géza utca 30.

GYŐR

2011. április 14. csütörtök, 18.00

Az Új Akropolisz győri központja,
Babits M. u. 16.

A filozófia mint életforma

- **Etika**

Az ember mint mikrokozmosz: részeink és működésünk
OK-okozati törvényszerűség a kozmoszban és az életünkben: a karma tana
A reinkarnációról Keleten és Nyugaton
Mi az emberhez méltó boldogság?
Mire tanít a szenvedés?

- **Filozófiai politika**

„Ember embernek farkasa”?
A totalitarizmus és az együttélési nehézségek
A különbözőség gazdagít – az igazságosság a görögöknél és az egyiptomi gyakorlatban
Megvalósítható-e az ideális állam – Konfuciusz és Platón elvei nyomán
Az oktatás és nevelés fontossága a társadalmi értékek megőrzésében

- **Történefilozófia**

A történelem logikája
Időn és történelmen túl: a mítosz ereje
Az örök visszatérés mítosza, az idő ciklikus felfogása
Korunk válsága – új középkor

- **Pszichológiai gyakorlatok**

A kurzust a test, az energia, az érzelmek és a gondolatvilág megismerését elősegítő gyakorlatok egészítik ki.

Belépődíj: havonta 2500 Ft, diákoknak 2000 Ft. Az első alkalom díjtalan.

Minél inkább küszködünk a félhomályban, annál kevésbé tudunk kivekedni a csapdából, mert a barlangba zárt emberekhez hasonlóan, minden időnkét és energiánkat felémészti a sötétben folytatott csatározás, és egyetlen percet sem fordítunk arra, hogy megkeressük a kivezető utat. Olykor szükség van arra, hogy a barlangban raboskodva harcoljunk a sötétben, hogy széttörjük a tudatlanság béklyóit, de ezt azért tesszük, mert a küzdelmet követő megszabadulásra vágyunk. Az önmagáért való harc már nem köt le, mert az újdonsült tudatosság új irányt mutat.

Minél inkább belemerülünk a megtévesztő szavak és ígéretek, a hazugság és alattomoság uralta világba, annál messzebbre kerülünk a világosságot adó fénytől. Az álnok vilódzás hatására elhiszük, hogy nem is létezik más fényforrás.

Mégis, a szavakon túl a tettek beszélnek; a felfuvalkodott, kiüresedett ismeretekeken túl az életerős bölcsességhez jutunk, amely lehetővé teszi, hogy aszerint is éljünk, amit sikerült megértenünk. A megtévesztő ígéreteken túl a valódi remény vár. Az alattomoságon túl a szebb jövőbe vetett hit és bizalom fénylik, hogy az ember képes lesz valóra váltani.



Elég volt az ideig-óráig égő, füstölő fáklyából; a halovány mécsesekből, amelyek hiába hunyorognak az út mentén; elég volt az alig pislákoló tűzből és parászból, amelyek egy napot sem bírnak ki; elég az álnok csillogásból, amelynek talmi ragyogása a nappali fényvel vetekszik. Tudjuk, hogy kint nap mint nap megvirrad; tudjuk, hogy a felhők és viharok felett ott fénylik a Nap. Csupán nyitnunk kell a fényre, ki kell jutnunk a barlangunkból, tágra kell nyitnunk szemünket a természet tündöklése láttán, hogy feltáruljon előttünk a világunk: az, amelyben élnünk kellene. Lehet, hogy még béklyók kötnek, de nagy remény fűt egy új és jobb világot, amely a hajnalpírba borított horizonton vár ránk.

Delia Steinberg Guzmán
Az Új Akropolisz nemzetközi elnöke

Ajánljuk

Tavaszdó természet – Jobb hozzá, mint neki tartozni

Ránk tavaszodott. Bár sokszor még hűvös léptekkel jár az idő, a napsugarak már kicsalnak bennünket otthonainkból a kertbe, a parkba, a Dunaparra, a Gellért-hegyre. Alig várjuk a kipattanó rügyeket, a Nap felé tartjuk arcunkat, és melegével együtt az újjáéledő természet friss erejét is érezzük a bőrünkön.

Az egyre zöldülő világot szemlélve elgondolkodunk-e azon, hol is a helyünk benne? A természet pazar, mégsem pazarló szépségét magunkba szívva gondolunk-e arra, hogy mivel viszonzhatjuk ezt a nagylelkűséget? A természet nem kérdezi, mire használjuk szépségeit, kincseit, mi pedig természetesen vesszük, hogy értünk vannak. Ennél azonban többel tartozunk. Delia Steinberg Guzmán szavaival élve „Az ember képes gondolkodni, összhangba kerülni a természettel, és együttműködni vele úgy, hogy nem sérti törvényeit. Filozófiai szempontból nézve a segítségnyújtást és a felelősséget kapcsolnám az emberhez. Az ember nyilvánvalóan a természet része, de ezenkívül gondolkodhat is róla, megértheti, intelligenciáját használva részt tud venni benne. A helyünk ott van, ahol a feladatunk: a felelősség vállalásában.”

A kritika

Noha sokan és sokszor hangoztatják, hogy a kritika lehet építő vagy pusztító, mi mégis vitatnánk ezt, hiszen a mindennapi tapasztalat azt mutatja, hogy a kritika mindig pusztít. Nem magával a kritikával mint racionális folyamattal van baj, hanem velünk emberekkel, akik érzelmi és szubjektív indíttatásainknak engedve cselekszünk, ahelyett, hogy az értelem és a józanság vezérelne bennünket.

Olyan világban élünk, amely létbiztonságot és szilárd megalapozottságot sugall, ennek ellenére minden ember szíve mélyén nyilvánvalóan vagy látenszen ott lappang a bizonytalanság, a kétely és a félelem.

Egyrészt alig van lehetőségünk az önálló cselekvésre és alkotásra, másrészt, mivel ezen a téren tudatlanság uralkodik, alig vagyunk képesek megérteni és megoldani a felmerülő nehézségeinket, így védekező álláspontra helyezkedünk, és kritikával álcázzuk félelmeinket és tehetetlenségünket.

Kritizálni bármit lehet, ami persze pusztítani fog, hiszen minél „rosszabbak” a többiek, annál jobbnak érzi magát, aki öntudattalanul saját magát védi úgy, hogy hibáit palástolja.

Magától értetődő, hogy aki kritizál, az a legbölcsebb, mindent jobban tud másoknál, és minden gondra csakis ő tudja a megoldást.

Aki kritizál, nem pazarolja az idejét arra, hogy a jót keresse másokban vagy környezetében. Egyetlen hibát sem néz el, a legkisebb mulasztást sem bocsájtja meg.

Aki kritizál, azt hiszi, hogy ő a mindentudó és tévedhetetlen, és legfeljebb azokról a személyekről, közösségekről vagy társadalmi csoportosulásokról zeng a helyzettől függően rövidebb-hosszabb dicshimnuszokat, akiknél oltalmat keres.

Aki kritizál, az bizony nagyon ódzko-



dik attól, hogy a nézeteit átültesse a gyakorlatba, hiszen ha ezt megkísérelné, őt is ugyanolyan, vagy még ádázabb kritikák érnék, mint amelyeket ő maga agyal ki. A kritika kritikát szül, a rossz szándékból csak rossz szándék származhat.

Nem azt mondjuk, hogy az a megoldás, ha becsukjuk a szemünket, szánkat és fülünket, és rálegyintünk mindenre, ami lelkiismeretünk szerint helytelen, hanem úgy gondoljuk, hogy lehet megfelelően is felhívni a figyelmet a hibákra, és a kritikai érzékünket helyesen is lehet önmagunk felé fordítani azt keresve, hogyan jobbíthatunk önmagunkon, mert ez az egyetlen jogosnak tűnő kritika.

Minden szándékos megtévesztésen túl, amelynek a manapság uralkodó embertelen életforma miatt ki vagyunk téve, minden bizonnyal jó szándékú emberek is léteznek a világban, és nincs annál üdítőbb, mint ha elismerjük eredményeiket és ösztönözzük őket.

De még ha nem is találnánk semmit, amit elismerhetnénk, nincs annál építőbb kritika, mint hogy magunk lássunk neki mindannak, amit jónak és ígéretesnek gondolunk. Továbbra is a példa a legjobb tanítómester, a leghatásosabb bizonyíték és a legnyomósabb érv.

*Delia Steinberg Guzmán
Az Új Akropolisz nemzetközi elnöke*

Tótisztítás

GYŐR

2011. április 16. szombat, 9.00
Adyvárosi I. és III. számú tavak

Az elmúlt 9 év tótisztítási akciói során az adyvárosi tavak sok különleges fogást tartogattak számunkra. Kanapétól a gyerekbiciklig, gumiabroncstól a szemetesig változatos hulladékoktól sikerült eddig megszabadítani a tavakat, élhetőbbé tenni az ott élő növények, állatok és kellemesebb látvánnyá a környék lakói számára.

Gellért-hegy a Föld napján, Föld napja a Gellért-hegyen

BUDAPEST

2011. április 22. péntek, 9.00
Gellért-hegy, Gellért püspök szobra

Tennivaló mindenkinek akad: idén is lesz szemétszedés amatőröknek, profiknak és pókembereknek. :) Ezenkívül pad- és díszkorlát-festés a művészi hajlamúaknak, a játszótéren pedig gyöngykvacsterítés és egyéb szépítő munkák várják a gyerekeket és szüleiket.

Filozófia mint életmód

„Látjuk, hogy a Nap mindennap feltűnik a láthatáron, este pedig eltűnik nyugaton. Hozzászoktunk az évszakokhoz, az évszakok váltakozásához, a viharokhoz, a viharok következményeihez, a vulkánok hirtelen kitöréséhez, a felkorbácsolt hullámok pusztító erejéhez. Azt gondoljuk, hogy mindez ok nélkül történik? Azt hisszük, hogy emésztésünk, érverésünk gyorsulása, vagy az, hogy néha a torkunkban érezzük dobogni a szívünket, mind csak úgy ok nélkül történik? Meg kell értenünk, hogyan és miért működik a természet. Ehhez türelemmel, figyelemmel és tisztelettel kell fordulnunk mindenhez, amit látunk. Ez nem egyszerűen tapasztalatgyűjtés, nem annak számolgotása, hogy hányszor ismétlődnek az események, hanem észre kell vennünk, hogy semmi sem véletlenszerűen történik. Ezt jelenti a természet megértése, törvényeinek, rendezett működésének a felfedezése, és annak felismerése, hogy cselekszik, ahogyan minden más élőlény.”

Delia Steinberg Guzmán

Azt mondták... a szerénységről

„Soha nem késő elindulni, soha nem késő szeretni. Mikor arra vágysz, hogy észrevegyenek, megértsenek és szeressenek, tudd, hogy a többiek is erre vágynak.”

(*Khioszi Tatiosz*)

„Alázat, talán túlságosan nagy szó. Hétköznap beérhetjük azzal, hogy szerények vagyunk és iparkodunk megismerni igazi vágyainkat és hajlamainkat. S azokat szégyenérzés nélkül bevalljuk magunknak. S iparkodunk megegyezni vágyainkkal és a világ lehetőségeivel.”

(*Márai Sándor*)

„Szükségünk van szerénységre, mert ez az az alaperény, amely segít felismerni tudatlanságunkat, és a bölcsesség mélységes szeretetét táplálja bennünk. Aki szerény, az felismeri, hogy nem tud, és engedelmeskedik

azoknak, akik bölcsességben előtte járnak.”

(*Delia Steinberg Guzmán*)

„Ha a bolond belátja saját bolondságát, bölccsé válik. De a bolond, aki azt hiszi magáról, hogy bölcs, igazán bolond.”

(*Dhammapada*)

„Mielőtt az isteneket szolgálnád, szolgálj először embertársaidat, változtasd őket nemesekké, bátrakká, becsületesekké, igazságosakká s erényesekké; és ha ez sikerül, csak akkor fordulj az istenek felé!”

(*Konfuciusz*)

„Tökéletes ismerettel embernek dicsekedni, esztelenség. Magunknak magunkról számot adni, már ez is felette nehéz, és hosszú figyelem s gyakorlat következzék: másokról

pedig ítéletet hozhatni, nemcsak felette nehéz, de felette bizonytalan.”

(*Kölcsey Ferenc*)

„Az öndicséret hasonlít egy magas toronyhoz, amelynek tetejére gögös bolond mászott. Ott ül kevély magányában, és senki más nem tud róla, csak ő maga.”

(*A Csend hangja*)

„A fegyelmezett és szerény ember így szól a mindent adó és mindent elvevő természethez: »Adj, amit akarsz, vedd el, amit akarsz.« Ezt azonban nem felfuvalkodottan mondja, hanem jóindulatúan engedelmeskedve a természetnek.”

(*Marcus Aurelius*)

„A lámpa nem látja önmaga fényét, a méz nem érzi önmaga édességét.”

(*Weöres Sándor*)

A HÓNAP REJTÉLYE

Áprilisi kvízfeladványunk:

1. Botticelli A tavasz című festményének alakjai sok találgatásra adtak már okot: mit is láthatunk a festményen?

- A képen jobbról balra haladva a megújulás különböző fázisaival találkozhatunk mitológiai alakok formájában. Az átalakulásban nem vesz részt a középen álló Vénusz, aki az egész folyamat örökifjú öre.
- Botticelli korában az egyház tiltotta az emberábrázolást és a tájfestészetet. Ez ellen a szigorú vallásosság ellen lázadt a festő, amikor festményén egy másik vallás alakjait ábrázolta természeti környezetben.
- Ez a színes, érdekes alakokkal teli, szép forgatag már sok kutatót megtévesztett. Valójában az egész csupa örömfestészet, amelyen keresztül a festő azt üzeni: „carpe diem”, táncolj, énekelj, mulass!

2. Hogyan egészítenéd ki Buddha híres idézetét? „Ne gondolkodj mások hibáin, mit tettek és mit nem tettek...”

- Ők Mára, a démonok királyának bábjai, akik saját poklukat teremtik meg.”
- A bolondnak hasztalan a jó szó, mert saját nyomában lépdel körbe-körbe.”
- Gondolkodj inkább saját bűneiden, mit tettel és mit nem tettel.

3. Ki(k) ellen harcolt Szókratész és miért?

- Szókratész filozófus volt és nem harcos. Még arra sem tudták rávenni a harminc zsarnok rémuralmának idején, hogy egy körözött személy előállításában segédkezzen.
- A makedónok elleni szorakósi csatában harcolt, és bátorságáért kitüntetést is kapott, mivel a visszavonulás során végig hátrafelé menetelt, és nem volt hajlandó hátat fordítani az ellenségnek.
- A szofisták ellen harcolt, akik a valódi igazságokat mellőzve azt tanították az embereknek, hogyan tudják saját igazságaikat érvényre juttatni. Mindezt természetesen jó pénzért oktatták, tehetős polgároknak.

Írd meg nekünk tippjeidet. A helyes megfejtők között jegyeket sorsolunk ki egy tetszés szerinti programunkra, vagy választhatnak egyet Fortuna füzetek közül.

MÁRCIUSI KVÍZÜNK HELYES VÁLASZAI A KÖVETKEZŐK: 1. B, 2. C, 3. A