

A Szokás Hatalma

Az autóban négyen ültek. Elöl két harmincvalahány éves férfi, hátul egy hasonló korú fiatalember és az apja. A gyors tempóban vezető férfi panaszkodott, hogy Európa legunalmasabb útján haladnak, mert a második világháború után az olaszok egy nyílegyenes sztrádát építettek itt, amelyik összeköti Észak Olaszország jelentősebb városait. El lehet rajta aludni olyan monoton és, ha ez a nyári meleggel is párosul, még veszélyesebb az út. Február közepén viszont kellemes időjárás volt, mégis unszolta a társait a sofőr, hogy beszéljenek hozzá, hogy el ne aludjon.

- De vezetek én, ha fáradt vagy – ajánlotta fel a hátul ülő fiatalember.
- Nem erről van szó. Mindegy, hogy melyikünk alszik el, az baleset, itt profi sofőrökkel is megtörténik, hogy elalszanak és balesetet okoznak – válaszolt a kormányon ülő.
- Miért kell így hajtani, hová sietünk, most már megyünk hazafelé – szólt az idősebb férfi.
- Szerintem így is éjszaka közepe lesz, mire Budapestre érünk, és itt azért lehet haladni, holnap pedig munka van. Doki, neked is be kell menni a klinikára, vagy nem? – zárta le a sofőr a témát.

Még Triesztet sem érték el és már álmosítóan unalmas volt az utazás. Az elmúlt éjszaka keveset aludtak, a velencei karneválra is beugrottak, ha már erre jártak. Megcsodálták és elmerültek a város örömnepében, a színes kavalkádban a világ minden részéről ideözönlő emberekkel együtt mulatták a napot és az éjszakát. Előtte a négynapos síelés Ausztriában és a Dolomitokban a fiatalok részéről egy folyamatos versenyhelyzet volt. Ha lehetett az első kabinnal mentek fel a hegyek közé és le sem jöttek onnan csak, amikor már alig voltak síelők a hegyen. A parkolóban alig álltak autók, mire leértek. Az idősebb férfi ment a hűtőbe és jól szórakozott azon, hogy a fiatalok most pont azt teszik, mint ő néhány évtizeddel ezelőtt. Örült, hogy elhívták őt is az útra és egyáltalán nem tartotta fel őket. Egy kicsit büszke is volt rá.

- Mindjárt itt van Trieszt. Bemenjünk? – kérdezte az anyósülésen ülő férfi. Ezzel nem aratott nagy sikert, de tudta, hogy a többiek csak úgy nem söpörhetik le a javaslatot. – Valamikor a Monarchia egyik fő kikötője volt – tette hozzá.
- A másik Fiume, bár annak is olasz neve volt, az volt a magyar kikötő, még ma is sok magyar család lakik arra. Lassan minden magyar régiót túlnépesítik a Trianon után létrejött utódállamok lakói.

- A népszámláláskor már nem magyarnak vallják magukat sokan megélhetési okok miatt. Nagy úr a kenyér. Mára magyar szokás lett annyit beszélni ezekről – kesergett az egyik.
- Történelem. Ma Európa egy nagy kihívás, hihetetlenül felgyorsult és izgalmas világ. A sok lehetőség, hogy most már mi is megint bárhová utazhatunk a világban az nagyszerű dolog. Hosszú ideig nem tehettem fiatal koromban – magyarázta az idősebb férfi.
- Minket meg mindenhol pocskondiáznak. Vajon, honnan veszik a bátorságot?
- Rászoktak.
- Nos, nem mindenben értünk egyet. Inkább váltunk témát, mert most már úgy is elhagytuk Triesztet. Észre sem vettük. Túl korai lett volna ez a pihenő.
- De azért haladunk, – jegyezte meg az idős férfi.
- Mindjárt Gorlicében vagyunk – szólt a sofőr.
- Na, azt nem. – szólt az öreg - az Galiziában van és az oroszok megszívták 1915-ben az áttörés során. Talán Goriziat akartál mondani?
- Ja, igen. Talán eljön az idő, hogy legalább a lényegeset tudjuk.
- Itt Isonzó és Doberdó a magyar történelem része, az első világháború.
- De itt sem mi győztünk – szólt cinikusan a sofőr.
- Nem vesztett az egyesült sereg, - magyarázta az öreg - de mire leértek a hegyekből a síkságra, az első világháború véget ért, a németek nyugaton feladták és így elvesztettük a világháborút. De nem az volt az igazi bajok gyökere.

Késő este értek a szlovén-magyar határhoz, ahol a nagy autóforgalom ellenére gyorsan átjutottak. Az országúton ideiglenesen létrehozott határállomás láthatóan nehezen működött, hiszen már elszokott mindenki attól, hogy a két ország határánál meg kell állni. A fiatalabbaknak ez nagyon szokatlan új, és láthatóan bosszantó idővesztés volt. Igen méltatlankodtak, nem értették, hogy mi történik. Az idősebb úrnak mindez a komolyság ismerős volt, sőt, még emlékezett arra, hogy régen a határhoz közeledve a feszültség nőtt a kocsiban, pedig semmi ok nem volt rá. Csak az ellenőrzés gondolata, a kiszolgáltatottság maga növelte a szorongást, meg az, hogy talán a vásárolt népszerű pop zenészek LP lemezeit, amelyek Ljubljánában kaphatók voltak, de otthon viszont nem, talán a magyar határőrök elkobozzák és minden csomagot feltúrnak. Működött a hatóság és ez akkor sem volt népszerű.

- Csak ne hangoztassák, hogy Olaszországban is voltak. Ez az új vírus miatt van. – szólt valaki a határnál és valóban megkönnyebbítette az ellenőrzést és az adminisztrációt, hogy ezt a jelentéktelennek tűnő kis részletet kihagyták és a sofőr hamar a másik kocsisorba sorolt be.

- Láttátok, hogy mi mindent kellett kitölteniük azoknak, akik Velencében voltak és bevallották azt? A parkolóban külön sávba kellett sorba állniuk, holnap reggelre sem érnek haza. Hát, ezt megúsztuk. Ügyes voltam – mondta a kormánynál ülő fiatalember büszkén.
- Talán. Döntéseink sokszor megfontolt választásnak tűnnek, pedig egyáltalán nem azok, csupán szokások – jegyezte meg az idős úr,
- Ugyan. Az üzlet a fontos. Holnap mozgalmas napom lesz, az értekezletet kilenc órára hívtam össze, hogy mindenki odaérjen. Lesznek, vagy húszan és nagy vitára számítok. – zárta le a témát a kormánynál ülő fiatal.

De reggel az értekezletet inkább rövidre fogta és hazament pihenni. Ilyen mozgalmas hét után jogosnak vélte, hogy ennyire kifáradt. Harmadnap magas lázzal vitték be a klinikára, ahol megdöbbenésére elkülönített helyiségbe helyezték el, amikor elmondta, hogy hol volt az előző héten. Nehezteltek rá, hogy ha a határnál átesett volna az ellenőrzésen, akkor többen elkerülhették volna a fertőzést, amit magukkal hoztak. Közölték, hogy elkapta az új vírust, a koronavírus, és fertőző beteg.

Két héttel később, amikor elhagyta a kórházat és otthoni karanténba vonult, tudta meg, hogy a doki két napon belül az intenzív osztályra került, a két haverja még mindig lélegeztetőgépen volt. Orvosi vélemény szerint jó esélyeik voltak.

- Szorítok értük, de ha meggondoljuk már túl is vagyunk a karanténon és a víruson. Lehet, hogy az öregnek igaza volt, de a szokások önmagukban jelentéktelenek, – gondolta, – a jövőben majd online értekezleteket hívok össze, és online tartom a kapcsolatot a haverokkal is - ez lesz most a menő, a karanténnak meg annyi.

Jelszó: Pole-Pole



Mottó

Award-winning "New York Times" business reporter Charles Duhigg takes us to the thrilling edge of scientific discoveries that explain why habits exist and how they can be changed. With penetrating intelligence and an ability to distill vast amounts of information into engrossing narratives, Duhigg brings to life a whole new understanding of human nature and its potential for transformation. Along the way we learn why some people and companies struggle to change, despite years of trying, while others seem to remake themselves overnight. We visit laboratories where neuroscientists explore how habits work and where, exactly, they reside in our brains. We discover how the right habits were crucial to the success of Olympic swimmer Michael Phelps, Starbucks CEO Howard Schultz, and civil-rights hero Martin Luther King, Jr. We go inside Procter & Gamble, Target superstores, Rick Warren's Saddleback Church, NFL locker rooms, and the nation's largest hospitals and see how implementing so-called keystone habits can earn billions and mean the difference between failure and success, life and death.

At its core, "The Power of Habit" contains an exhilarating argument: The key to exercising regularly, losing weight, raising exceptional children, becoming more productive, building revolutionary companies and social movements, and achieving success is understanding how habits work. Habits aren't destiny. As Charles Duhigg shows, by harnessing this new science, we can transform our businesses, our communities, and our lives.

