

# TANÍTHATÓ-E A BOLDOGSÁG?

## Boldogságórák – kérdések és dilemmák keresztény szemszögből

### Reflexió továbbgondolásra – elsősorban keresztény pedagógusok részére

#### Előljáróban

Nemrégiben egy pedagógus ismerősöm elmondta, hogy az iskolájukban felvetődött, hogy 2018 őszétől beneveznek a *Boldog óvoda – boldog iskola* programba, és bevezetik a boldogságórákat egyes osztályok órarendjébe. Az igazgató a pedagógusok véleményét kérte a döntés meghozatalához. Ismerősöm pedig megkérdezett többünket, hogy tudunk-e valamit erről a programról.

Engem érdekelni kezdett, hogy miről szól a Boldogságórák programja, és elkezdtem jobban megismerkedni vele, hiszen az emberi élet nagyon fontos témájáról van szó.

Ebben az írásban összefoglalom, mit tudtam meg a boldogságórákról. Megfogalmazom a kérdéseimet és a dilemmáimat is. Személyes reflexiómat továbbgondolásra szánom. Azt remélem, hogy az itt felsorolt tények, kérdések és dilemmák segítséget jelenthetnek keresztény pedagógusok és szülők számára ahhoz, hogy eldöntsék, bekapcsolódnak-e a Boldogságórák programjába – vagy inkább más boldogságprogramokat készítenek és ajánlanak gyermekeiknek.

## 1. Boldogságórák – a pozitív pszichológiára építve

Egyre több óvodában és iskolában vezetik be a boldogságórákat. Úgy tűnik, hatásos a program meghirdetése: már 80.000 gyerek vett részt boldogságórákon és több, mint 5000 boldogságóra csoport működik az országban<sup>1</sup>

A magyarországi boldogságórák „kiemelt küldetése, hogy a pozitív pszichológia eredményeire építve adjon ötleteket és módszertani segítséget a boldogságra való képesség fejlesztéséhez az iskolás korosztály számára”.<sup>2</sup>

Ennek érdekében szerte az országban megkeresik az óvodákat és iskolákat, hogy nevezzenek be a *Boldog iskola és óvoda* pályázatba, és vezessék be a boldogságórákat az iskolájukban. Ehhez a pedagógusoknak és a szülőknek képzéseket ajánlanak fel.

Mindaz, amit a Boldogságórák honlapján olvashatunk, vonzó lehet az olvasó számára, mert színes, érdekes, hívogató, gyermekbarát programmal találkozunk, amelynek pozitív, életadó céljai vannak. Ki ne akarná, hogy a gyermekei boldogabbak legyenek? Ki ne tenne azért valamit, hogy a tanulók az iskolában boldogabbak legyenek? Sőt, ki ne tenne valamit azért, hogy ő maga boldogabb legyen?

Fontosak a Boldogságórák témái is: boldogságfokozó hála – optimizmus gyakorlása – kapcsolatok ápolása – boldogító jócselekedetek – célok kitűzése és elérése – megküzdési stratégiák – apró öröмок élvezete – megbocsátás – testmozgás – fenntartható boldogság.

Ezek a témák a pozitív pszichológia szemléletére épülnek. Elég összevetnünk ezeket Sonja Lyubomirsky 12 boldogságfokozó gyakorlatával a *Hogyan legyünk boldogok* című könyvéből<sup>3</sup>.

A Boldogságórák szakmai csoportjába Bagdi Bella énekesnő mellett két neves szakember is tartozik: Prof. Dr. Bagdy Emőke klinikai pszichológus és Prof. Oláh Attila, aki a Magyar Pszichológiai Társaság elnöke. Mindketten szakértői a pozitív pszichológiának.<sup>4</sup> Bagdy Emőke a boldogságórákhoz készült tanári kézikönyvek társszerzője. Így azt gondolhatjuk, hogy a pozitív pszichológia szempontjából szakmailag megalapozott a Boldogságórák programja.

---

<sup>1</sup> Forrás: <http://boldogsagora.hu>

<sup>2</sup> uo.

<sup>3</sup> <https://ursuslibris.hu/hogyan-legyunk-reszletek/>

<sup>4</sup> <http://boldogsagora.hu/tajekoztato/>

Gyarmathy Éva klinikai és neveléslélektani szakpszichológus<sup>5</sup> azonban felvet megfontolandó szakmai szempontokat a boldogságórák hatékonyságával kapcsolatban.

## 2. Szakmai felvetések – Vajon tényleg hatékonyak a Boldogságórák?

Gyarmathy Éva a boldogságórákkal kapcsolatos meglátásait és kételyeit kifejtette a HVG-ben megjelent írásában<sup>6</sup>. A Boldogságórák szakmai csapata válaszolt a HVG-ben Gyarmathy Éva felvetéseire<sup>7</sup>. Mindegyik cikket érdemes elolvasni.

Gyarmathy Éva is hangsúlyozza, hogy nagyon sok boldogtalan gyermek él Magyarországon. Azonban azt is kiemeli, hogy a személyesen átélt boldogtalanság mögött sokféle különböző ok van, amelyet az órarendbe beépített egyetlen boldogságórával nem lehet orvosolni.

A HVG-ben megjelent harmadik írásában<sup>8</sup> Gyarmathy Éva bemutatja boldogság különféle értelmezését. Szerinte ez elengedhetetlen ahhoz, hogy mélyebben megértsük a boldogság témáját és a hozzá vezető különféle utakat. A cikkben azt is megfogalmazza, hogy szerinte milyen előnyei és hátrányai lehetnek a boldogságóráknak az iskolai tanrendben.

Az előnyök között megemlíti:

- A gyerekek ismereteket és élményeket szereznek a boldogságról.
- A pedagógusok tudást szereznek a boldogság témájában.
- Rendelkezésre áll egy módszertani alap a boldogabb tanításhoz, amit adaptálni lehetne más órákba.

Több hátrányt sorol fel, amelyek között szerepel:

- A gyerekektől újabb órát vesznek el, miközben éppen az óraszámok drasztikus csökkentésére lenne szükség.
- Megterhelik a pedagógusokat, akiknek egy újabb területre kell felkészülniük.

---

<sup>5</sup> Gyarmathy Éva Prima-díjas klinikai és neveléslélektani szakpszichológus, a magyarországi Diszlexia Központ megalapítója, az MTA tudományos főmunkatársa.

<sup>6</sup> [http://hvg.hu/elet/20180426\\_Gyarmathy\\_Eva\\_Tanora\\_a\\_boldogtalan\\_magyar\\_gyerekeknek](http://hvg.hu/elet/20180426_Gyarmathy_Eva_Tanora_a_boldogtalan_magyar_gyerekeknek)  
[http://hvg.hu/elet/20180503\\_Gyarmathy\\_Eva\\_Potszerek\\_meg\\_egyszer\\_a\\_Boldogsagorakrol](http://hvg.hu/elet/20180503_Gyarmathy_Eva_Potszerek_meg_egyszer_a_Boldogsagorakrol)

<sup>7</sup>

[http://hvg.hu/elet/20180502\\_Boldogsagorak\\_nem\\_csak\\_boldogtalan\\_gyerekeknek\\_valasz\\_Gyarmathy\\_Evana\\_k](http://hvg.hu/elet/20180502_Boldogsagorak_nem_csak_boldogtalan_gyerekeknek_valasz_Gyarmathy_Evana_k)

<sup>8</sup> Gyarmathy Éva: *Vegyük komolyan a boldogságot!*

[http://hvg.hu/elet/20180510\\_Gyarmathy\\_Eva\\_Vegyuk\\_komolyan\\_a\\_boldogsagot](http://hvg.hu/elet/20180510_Gyarmathy_Eva_Vegyuk_komolyan_a_boldogsagot)

- Hamis illúziót keltenek azzal az üzenettel, hogy a boldogság megtanulható tanórán.
- A gyerekek az általuk tapasztalhoz nem illő információkat tanulnak be. Ezeket majd fel is tudják mondani, akár egy boldogságfelmérésen is. Mégsem lesznek boldogok. A félmegoldások és látszattmegoldások nagyon ártalmasak, mert akadályozzák a valódi problémamegoldást.

Gyarmathy Éva konklúziója: „A boldogságórák sok lehetőséget mutatnak meg, de hamis világot építenek. Boldogságórák helyett a tanítás (és ha lehetne az országunk) minden terébe a boldogsághoz szükséges szemléletet és gyakorlatot kell bevezetni.”

- o Kérdések, dilemmák: Hogyan értelmezzük mi, keresztény pedagógusok és pszichológusok, a boldogságot? Mi jellemzi „a boldogsághoz szükséges szemléletünket”? Miből állna az a „gyakorlat”, vagyis melyek lennének szerintünk azok a boldogságfokozó stratégiák, amelyeket érdemes lenne bevezetni a tanítás és országunk minden terébe, hogy a boldogabb élet felé haladjunk?

Sonja Lyubomirsky az általa javasolt 12 boldogságfokozó gyakorlatban megemlíti a vallásgyakorlás és a spirituális élet fontosságát is. A spiritualitás mindegyikünk életének része, letagadhatatlan összetevője, akár tudatos ez a számunkra, akár nem.

A Boldogságórákról szóló reflexióban fontos megnéznünk a szakmai kérdéseken túl azt is, hogy milyen spiritualitás van a háttérben, és ez vajon hogyan jelenik meg a Boldogságórák anyagában, hogyan kerül továbbadásra.

### 3. A Boldogságórák szellemi, spirituális háttere

A Boldogságórák kezdeményezője Bagdi Bella életmódfejlesztő énekesnő, aki 30 éves korában nagy lelki változást tapasztalt meg az életében. Így vall erről: „közel 30 éves koromig folyamatos kudarc volt az életem..., nem voltam boldog, ... és állandóan gyötörtek a negatív gondolataim, de egy nap arra ébredtem, hogy: Szeretnék boldog lenni! ... Mindezt egyetlen egy dologgal értem el: tudatos önfejlesztéssel!”<sup>9</sup>

A tudatos önfejlesztéshez pedig egy könyv volt a segítségére, amelynek a címe: *A csodák tanítása*. Egy interjúban számolt be erről: „Egy barátom javasolta, hogy

---

<sup>9</sup> [bagdibella.hu/rolam](http://bagdibella.hu/rolam)

végezzem el *A csodák tanításának* 365 gyakorlatát, mert az rendbe tenne engem. Az év minden napjára van egy megerősítő mondat, ami segít a gondolataidat a megfelelő irányba tartani. *Én ezeket a mondatokat úgy jegyeztem meg napközben, hogy megzenésítettem. Ez volt a magja mindannak, amit ma csinálok*".<sup>10</sup>

*A csodák tanítása* a New Age egyik alapkönyve<sup>11</sup>. *A csodák tanítására* jellemző, hogy keresztény nyelvezetet használ, beszél a megbocsátásról, a békéről, de mindezek egészen más jelentést hordoznak, mint a kereszténység tanítása.

*A csodák tanításának veszélyeiről*, téves útmutatásairól lehet olvasni Sharon Lee Giganti katolikus katekéta és előadó írásában, aki hajdan elkötelezett New Age-tanítvány és tanító volt, de később visszatért katolikus hitéhez, és ma a New Age veszélyeire hívja fel a figyelmet előadásaival és írásaival.<sup>12</sup>

*A csodák tanítása* ilyen megtévesztő gondolatokat terjeszt Sharon Lee Giganti szerint:

- A földi, fizikai élet csak egy „lidérnyomás”, amelyben az emberi nem úgy van jelen, mint egy fizikai álomban. A világnak, amelyet magad körül látsz, semmi köze a valósághoz, csak te képzelted el, de valójában nem létezik. Egy útmutatás a könyvből (14. lecke):
  - „Csukott szemmel gondolj most ennek a világnak mindenféle szörnyűségére, ami csak eszedbe jut. Nevezd meg mindegyiket, ahogy megjelennek előtted, és azután tagadd meg ezeknek a realitását. Isten nem teremtette ezeket, tehát nem is valódiak. Mondd ezt: Isten nem teremtett háborút, tehát az a valóságban nem is létezik. Isten nem teremtette a repülőgép-katasztrófát, tehát az nem is valóságos.”
- Egy másik mérgező tanítás: Minden igazságtalanság, ami történik veled, mindaz, ami megbánt és megsebez téged, minden erőszakos cselekedet, ami ellened irányult – valójában csak a te félelemmel teli, mások felé irányuló „támadó gondolataidnak” az illuzórikus szüleménye (23. lecke). Ezért nincs szükség megbocsátásra sem, sőt, nincs is megbocsátás, mert mindazt, amit sértőnek tapasztalsz, valójában csak a te egód okozta.
- Egy másik ok, amiért nincs szükség a megbocsátásra: Mondd azt magadnak, hogy mivel nincs semmiféle bűn, ami valaha is előfordult volna, ezért nincs szükség megbocsátásra.

<sup>10</sup> <https://www.nlcafe.hu/ezoteria/20131117/bagdi-bella-interju/>

<sup>11</sup> *A csodák tanítása* ezoterikus alapmű, Helen Schucman amerikai pszichológus írta le „belső diktálás” útján. Magyarul az Édesvíz Kiadónál jelent meg. Három részből áll: tanítások könyve, munkafüzet és tanári kézikönyv. *A csodák tanítása* az egyik legártalmasabb könyv a keresztények számára Benedict Groeschel katolikus teológus és pszichológus szerint.

<sup>12</sup> Sharon Lee Giganti angol nyelvű írásának a címe: *A Warning About A Course In Miracles*. <http://www.newagedeception.com/a-warning-about-a-course-in-miracles>

- Kérdés, dilemma: Vajon a Boldogságórák elméletében és gyakorlataiban találkozhatunk-e ezekkel a new age-s tanításokkal és mindazzal, amit olyan átalakító erejűnek tapasztalt a program szakmai vezetője *A csodák tanítása* című tananyagban? Ennek a feltárásához valószínűleg keresztény szakemberek, teológusok, pszichológusok, pedagógusok közös munkájára lenne szükség.

*A csodák tanításának* egyik magyarországi tanítója, Sarkadi Kriszta, így fogalmaz a tanításról: „rendkívül gyengéd és fokozatos módon bontja le az eddigi hitrendszeredet, és épít fel egy másikat”.<sup>13</sup>

- Kérdés, dilemma: Vajon ez azt is jelentheti, hogy a gyermekek, pedagógusok és szülők keresztény hitrendszere, életszemlélete, másokhoz és önmagukhoz való viszonyulási módja is fokozatosan lebomlik és átalakul? Mivé alakul át? Milyen életszemléletet, emberképet, istenképet, viszonyulási módokat épít fel a korábbi helyébe?

Vajon mi lehet a Boldogságórák tananyagában az a szelíd és gyengéd „hozzáférési kulcs”, eszköz, amelyen keresztül a new age-s tanítás eléri az embert?

Itt érdemes felidézni Bagdi Bellának egy vallomását az *énekeiről, dalairól*. Egyrészt hangsúlyozza, hogy azoknak a daloknak a szövege, amelyeket ő énekel „pozitív megerősítések vagy motivációs üzenetek. Ezek a pozitív dalok azért annyira hatásosak, mert a zene a limbikus rendszerre hat, ami közvetlenül az érzelmeinkért felelős, és azonnal előhívja belőled azokat az érzelmeket, amelyek összhangban vannak a dalok szövegével.”

- Kérdés, dilemma: Vajon az énekek, amelyek közvetlenül a limbikus rendszerre hatnak, mennyire vésődnek be a gyermekek emlékezetébe és szívébe? Vajon felülírják-e a gyermek istenképét, Istennel, önmagával és másokkal való eddigi kapcsolatát?

Másrészt pedig Bagdi Bella hangsúlyozza, hogy „megéneklí” azokat a tanításokat, amelyek a személyes formálódására átalakító hatással voltak. Ezt írja a *megénekelte tanításokról*: „Azokat a tanításokat, amelyek az életemre hatást gyakoroltak, megzenésítettem. Ilyen pld. Eckhart Tolle<sup>14</sup> *A Most hatalma c.*

<sup>13</sup> <https://www.nlcafe.hu/ezoteria/20131107/csodak-tanitasa-sarkadi-kriszta/>

<sup>14</sup> Eckhart Tolle kanadai író, előadó, spirituális tanító. Magyarul több könyve is megjelent az Agykontroll és az Édesvíz Kiadónál. Írásaiban egyaránt megtalálhatóak a [Buddhától](#), [Ramana Maharsitól](#) és Niszargadatta Maahárádzstól átvett gondolatok, tanítások, valamint a misztikus irányzatokra, mint például a [gnosztikus](#)

könyve, vagy a Ho'oponopono ősi hawai gyógymód, vagy Deepack Chopra<sup>15</sup> *A bőség megteremtése* című könyve. Nagyon sokat köszönhetek nekik abban, hogy sikerült az életemet és a személyiséget átformálni, mely formálódás a mai napig is tart".<sup>16</sup>

- Kérdés, dilemma: Vajon Bagdi Bella azokat a new age-s tanításokat éneкли az óvodás és iskolás gyermekeknek a *Boldogságórák* keretében, amelyeket a CD-ken is terjeszt? Ezeket lehet ingyenesen letölteni a Boldogságóra programhoz?

Ezen felül Bagdi Bella CD-i között imadalokat is találunk. Ezt írja ezekről: „Az imadalok kapcsolatot teremtenek a természetfölöttivel. Legfőbb szerepük az, hogy egy magasabb tudatállapothoz segítsék a hallgatóját vagy éneklőjét...”

- Kérdés, dilemma: Vajon az imadalok is szerepelnek-e a Boldogságórák programjában? Mire utal Bagdi Bella a természetfeletti szóval? Mit ért magasabb tudatállapot alatt? Az imadalokkal megszólít egy Istent is – ki az az Isten, akihez imádkozik?

Egyértelműnek tűnik, hogy a Boldogságórák spirituális forrása a New Age, az ezotéria. Ez pedig rejtett veszélyeket jelent azok számára, akik mit sem sejtve kiszolgáltatják magukat a New Age erős hatásának. Az énekeken keresztül pedig még mélyebben átjárhatják a bensőnket, nem tudatos gondolatainkat, érzéseinket ezek a megtévesztő tanítások.

Azért, hogy körültekintően és megalapozott bölcsességgel hozzunk döntést a Boldogságórák bevezetéséről az iskolában, és hogy egyéb helyzetekben is el tudjuk kerülni a New Age útvesztőit, nagyon fontos, hogy legyen jó, hiteles és kiegyensúlyozott ismeretünk a New Age tanításainak jellemzőiről és veszélyeiről.

Érdeemes azokhoz fordulni, akik tapasztalatból ismerik a keleti meditációt, az okkult természetgyógyászatot és a New Age spiritualitását, és bejártak egy hiteles utat a személytelen spiritualitástól és különleges lelki tapasztalatoktól a keresztény megtérésig:

---

kereszténységre, az iszlám [szúfizmusra](#), a zsidó [kabbalára](#), vagy [Jézusra](#), a [Bhagavad Gítára](#) vagy a buddhista [genre](#) és [dzogcsenre](#) való utalások. Forrás: [https://hu.wikipedia.org/wiki/Eckhart\\_Tolle](https://hu.wikipedia.org/wiki/Eckhart_Tolle)

- Robert Barron katolikus teológus és püspök véleménye Eckhart Tolle tanításairól: <https://www.wordonfire.org/resources/article/what-should-catholics-make-of-eckhart-tolle/329/>
- 2018. október 4-én Budapesten lesz Eckhart Tolle, a MOM Központban tart majd egy estét.

<sup>15</sup> Deepak Chopra amerikai író, előadó, a New Age mozgalom jelentős alakja, az alternatív gyógyászat egyik meghatározó személyisége. Forrás: [https://en.wikipedia.org/wiki/Deepak\\_Chopra](https://en.wikipedia.org/wiki/Deepak_Chopra) Magyarul több könyve is megjelent az Édesvíz Kiadónál és a Libri Kiadónál is: *A jóga hét törvénye; Spirituális útmutatások; A harmadik Jézus*

<sup>16</sup> <http://bagdibella.hu/termekategoria/megenekelt-tanitasok-cd-k/>

- Az indiai meditációs iskolát megjárta, majd ezoterikus gyógyítóként, New Age-követőként ismert belga származású Joseph-Marie Verlinde atya vallásos életéről, megtéréséről a következő videóban, amelynek címe: *Guru vagy Jézus – Joseph Marie atya tanúságtétele*  
<https://www.youtube.com/watch?v=Eclvki1kNO>
- Joseph-Marie Verlinde: *A tiltott tapasztalat – Az asramtól a monostorig* című könyvét<sup>17</sup> is érdemes elolvasni (Szent István Társulat, 2017).
- Rabindranath R. Maharaj – Dave Hunt: *Egy guru halála* című könyv megrázó életutatót mutat be az elkötelezett keresztény életig.

#### 4. Boldogságóra-könyvek és képzések – szakmai és spirituális források?

A nagy belső változás miatt, amit Bagdi Bella 30 éves korában megtapasztalt, küldetésének tartja, hogy a boldogsághoz vezető önfejlesztő stratégiákat másoknak is átadja, megtanítsa. Ez érthető és tiszteletre méltó vállalkozás. Honlapján többféle eszközt<sup>18</sup> kínál azoknak, akik személyiségük fejlesztésén és a boldogságot elősegítő stratégiákon akarnak dolgozni.

Ezek között szerepelnek a *könyvek* is, amelyeknek ő a szerzője. A könyvek között megtaláljuk a *Boldogságórák* című kézikönyveket, amelyeket Dr. Bagdy Emőkével közösen írtak és a munkafüzeteket is – ez utóbbiaknak Bagdi Bella az egyedüli szerzője.

- Kérdés: Milyen szakmai felkészültséggel – pszichológiai, mentálhigiénés vagy tanári végzettséggel – rendelkezik Bagdi Bella ahhoz, hogy könyveket írjon óvodás és iskolás gyermekeknek? Ez azért kérdés, mert a vele készült interjúkból és a honlapjairól nem derül ki, hogy bármilyen szakmai képzettsége lenne a lelki, pszichológiai segítségnyújtás területén.
- Kérdés: Ha nincs Bagdi Bellának megfelelő pszichológiai képzettsége, akkor az önfejlesztő gyakorlatok milyen forrásból származnak? Vajon *A csodák tanítása* c. könyvnek és az egyéb ezoterikus könyveknek a gyakorlatait használja fel?

---

<sup>17</sup> A könyv ismertetőjéből: „A szerző a hinduizmus és buddhizmus különféle meditációs technikáinak beavatottjaként és beavatójaként ráébredt a lényeges és feloldhatatlan különbségre kereszténység és keleti filozófiák között. Hosszú tisztulási és tanulási időszakot követően végül pap, s örökfogadalmassá szerzetes lett. Könyvében az apró árnyalatokat tiszteletben tartva, egyszerű szóhasználattal elemzi a nagy keleti bölcsességeket, és Krisztus igazságával veti össze azokat. Ez korunk egyik legvitatottabb kérdése, amelyet a szerző nem akadémiai szinten tárgyal, és nyújt egyidejűleg élő tanúságtételt és igényes tudományos eszmefuttatást.”

<sup>18</sup> Részletesebben: [www.bagdibella.hu](http://www.bagdibella.hu)



Bagdi Bella megalapította a Boldogság Intézetet, amely *képzéseket* is szervez pedagógusok és szülők részére. Csak 2018 nyarán kilenc különböző helyen lesznek képzések szerte az országban, hogy az ősszel induló Boldogságórákhoz felkészültek legyenek a pedagógusok és a szülők.

- Kérdés, dilemma: Vajon milyen szakmai csapat áll a képzések mögött? Bagdi Bellának személyesen milyen képzettsége van ilyen képzések tartásához? Egy rövid háromnapos képzéssel valóban fel lehet készülni megfelelően a Boldogságóra tartására?

## 5. Egyéb elbizonytalanító tényezők

A Boldogságóra tájékoztatójában az is szerepel, hogy az egyik összetevőjét ezeknek az óráknak azok a relaxációs és meditációs gyakorlatok képezik, amelyeket Dr. Bagdy Emőke állított össze.



- Kérdés: Vajon ez azt is jelenheti, hogy a néhány éve elindított *Diákrelax* relaxációs gyakorlatai beépülnek a Boldogságórákon keresztül a közoktatásba? Sokan emlékszünk arra, hogy a *Diákrelax* tervezett bevezetése ellen többen tiltakoztak keresztény pedagógusok, szakemberek és szülők is, mert bár több szempontból hasznos program lehet a *Diákrelax*, sajnos káros és romboló hatással is lehet a gyermekek lelki fejlődésére, keresztény istenképére, keresztény imatapasztalatára.

Megjegyzés: A relaxációs gyakorlatok szimbóluma egyértelműen utal a keleti imamódokra.

A Boldogságóra programjának szakmai fővédnöke Prof. Dr. Bagdy Emőke, ami biztosságot és garanciát ad arra, hogy a pozitív pszichológia szempontjából jó és igényes tudásanyag kerül átadásra. A spirituális dimenziót illetően azonban felmerülhetnek bennünk aggodalmak és dilemmák. Sajnos az utóbbi időben nyilvánvalóvá vált az, hogy Prof. Dr. Bagdy Emőke szakmai támogatásáról biztosít ezoterikus rendezvényeket.<sup>19</sup> Feltételezhető, hogy Dr. Bagdy Emőke mindezt jó szándékkal teszi, mert támogatásra méltó értékeket lát ezekben a programokban. Valószínűleg a Boldogságóra programjában is inkább azt láthatja, hogy a pozitív pszichológia és a spiritualitás nagyszerűen

<sup>19</sup> Egy ezek közül: A *XIV. Napfényes Fesztivál – az egészség, egyensúly és teljesség felé* címmel 2018. június 3-án volt Budapesten. Ez a fesztivál az ezoterikus rendezvények közé tartozik Magyarországon. Két előadascím a 2018. évi fesztiválról: *A győzelem mágikus csillagtitkai*, *A nap titkai az asztrológia tükrében*. Dr. Bagdy Emőke az egyik főelőadó volt ezen a fesztiválon. Sokféle természetgyógyászati konzultáció várta az érdeklődőket, például antropozófus orvoslás, homeopátiás orvoslás, kineziológia, íriszdiagnosztika, önismereti asztrológia.  
Forrás: <http://www.napfenyesprogramok.hu/napfenyes-fesztival>

összekapcsolódik, egymást megerősíti. Talán nem veszi észre, hogy itt a keresztény istenképet, emberképet és lelkeséget romboló spiritualitásról van szó, amely a jó látszatával hirdeti magát.

Kétséget támaszt a Boldogságórákkal kapcsolatban az is, ahogyan azt időnként reklámozzák a honlapjukon vagy a Facebookon. Július közepén még az szerepelt a honlapon, hogy azért is érdemes belevágni a Boldogságórák programjába, mert Bőjte Csaba is támogatja. Bőjte Csaba neve pedig igazán bátorító lehet, sőt egyenesen garancia a keresztények és nem-keresztények között is arra, hogy jó a program. Személyes megkeresésre Bőjte Csaba azonban azt válaszolta: nem támogatja a Boldogságóra-kezdeménnyezést, és az ő hozzájárulása nélkül szerepel a neve a Boldogságórák honlapján. Jelenleg már nem szerepel Bőjte Csaba támogatóként a weboldalon, de úgy igen, hogy az ő gyermekotthonaiban is vannak boldogságórák. Egy következő lépés lehet majd az, hogy erre is rákérdez valaki, hogy Bőjte Csaba tud-e erről, tényleg így van-e.

## 6. Következtetés és felvetések

A Boldogságórák munkatársi csapata professzionálisan és hatékonyan terjeszti a programot a médián és egyéb csatornákon keresztül – így például az iskolák személyes megkeresésével. Kreatív, új kezdeményezésekkel, programokkal keresik meg a pedagógusokat, a már bekapcsolódott iskolákat, amelyekkel motiválhatják őket a további együttműködésre.

*A Boldogságórák és az egyéb Boldogságprogramok távlati célja nem lehet kevesebb, mint a társadalom – és különösen a felnövekvő nemzedék – lelki átforgalmazása, és ennek érdekében egyre szélesebb körben terjesztik a boldogsághoz vezető stratégiákat. Azt mondhatnánk, hogy kialakulóban van egy Boldogság Mozgalom<sup>20</sup>, amely Bagdi Bella, Bagdy Emőke, a Boldogság Intézet és A Jobb Veled a Világ Alapítványhoz kapcsolódik. Úgy tűnik, hogy mindehhez megvan a szükséges emberi és anyagi erőforrásuk és jól kiépített szervezeti felépítésük is.*

Magyarországon nagyon sokan szenvednek depressziótól, lelki betegségtől, boldogtalanságtól, amelynek sokféle oka, háttere van. A nemzet lelki egészségét gondozni és gyógyítani kiemelt feladat – szükség van a társadalom lelki átalakulására, megújulására, ehhez azonban elengedhetetlen az, hogy az egyes

---

<sup>20</sup> Bagdi Bella osztotta meg ezt a Facebookon: „Állj Te is a Boldogságórák mellé, ha neked is fontos hogy Magyarország a boldog gyerekek országa legyen és fotózd le magad ezzel a szöveggel: Én kiállok a BOLDOGSÁGÓRÁK mellett. [#boldogsagorak](https://www.facebook.com/boldogsagorak)  <http://boldogsagora.hu>  Osszátok meg ezt a videót és éadjunk el az ország minden szegletébe   
<https://www.facebook.com/bagdibella/videos/vb.114077335287145/2046017352093124/?type=2&theater>

**ember megújuljon. Isten az embert boldogságra teremtette – merjünk hát boldogok lenni!**

- Milyen lelki megújulási programot, evangelizációs programot – keresztény „boldogságprogramot” – tudnánk felajánlani felnőtteknek és gyerekeknek, amelyek segítséget jelentenének számukra a boldog élet útján járni?

**Egy ilyen lelki megújulási programban keresztény szemléletünkre és lelkeségünkre kell építenünk:**

- a keresztény istenképre: Ki az az Isten, akiben hiszünk?
- a keresztény emberképre: Mit jelent az, hogy az ember Isten képére és hasonlatosságára teremtett?
- szem előtt kell tartanunk az ember alapvető hivatását, életcélját: az örök boldogságot és üdvösséget;
- tisztáznunk kell, hogy mi a boldogság, és miben nyilvánul meg a boldog élet;
- a keresztény ima lényegi szempontjaira, módjaira és meghívásunkra a Szentháromsággal való benső, személyes kapcsolatra.

A Boldogságórák szakmai vezetője, Bagdi Bella azt mondja az egyik ismertetőjében, hogy az *oktatás* kulcsfontosságú abban, hogy Magyarország következő generációja már boldogabb legyen, ezért terjesztik széles körben a Boldogságórák programját.

Felmerülhet bennünk a kérdés: mi mit tudnánk tenni azért, hogy a boldogság fontosabb téma legyen az oktatás-nevelés területén, és a következő nemzedék boldogabb életet éljen?

Érdemes lenne megfontolnia a következő kérdéseket egy-egy szakmai, munkatársi csoportnak:

- Vajon vannak-e olyan keresztény programjaink gyermekek részére, amelyek a pozitív pszichológia elméletét és gyakorlatát jól ötvözik a keresztény spiritualitással? Hogyan tudnánk e téren előrébb lépni? Mire lenne szükség?
- Milyen képzési programokat kínálnak fel a keresztény egyházak a boldog élet témájához a pedagógusoknak és a szülőknek?
- Ismerünk-e olyan keresztény önismereti és lelki programokat, amelyek játékosan, kreatívan segítik a gyermekek személyiségfejlődését és érését?

**Végül álljanak itt Roska Péter atya, katolikus teológus szavai megfontolásra:**

***Jézus Krisztus arra hív minket, hogy boldogságunk forrását Istennel és embertársainkkal való személyes szeretetkapcsolatainkban keressük. A boldogság nem tanítható, nem a problémamentes élet hozadéka, nem lehet megszerezni magunknak, hanem Isten önmagát elajándékozó szeretetének befogadása és viszonzása a személyes szeretetben. „Hiába fürösztöd önmagadban, csak másban moshatod meg arcodat” – írja a költő. Ezoterikus babonákon alapuló boldogságórák vagy szcientológus tanfolyamok helyett az Evangélium tiszta forrásához nyúljunk, hogy Jézus nyolc boldogságával valóban boldogok lehessünk minden nehézség közepette.***

**Budapest, 2018. augusztus 2.**

**Berkecz Franciska  
szociális testvér**