

Joan Didion

# Az önbecsülésről

Egyszer, száraz évszak idején, nagy betűkkel felírtam a noteszomba [a mondat átlógott a szemközti oldalra], hogy az ártatlanság vége az, amikor az embert megfosztják attól a tévhittől, hogy kedveli önmagát. Bár most, néhány évvel később, már ámulok azon, hogy meghasonlott tudatom milyen aprólékosan feljegyezte minden egyes rezdülését, mégis zavarba ejtően tisztán emlékszem a keserű szájízre, ami ezzel járt. Az egész a helytelen önbecsülés miatt volt.

Nem választottak be a Phi Beta Kappa társaságba.<sup>1</sup> Borítékolni lehetett a kudarcot [egyszerűen nem voltak elég jók a jegyeim], mégis elkedvetlenített; azt hittem, afféle tudós Raszkolnyikov vagyok, akire különös módon nem hatnak azok az ok-okozati viszonyok, amelyek másokat hátráltatnak. Unalmas tizenkilenc éves létemre azért biztosan elismertem volna, hogy a helyzetemnek nincs valódi tragikus nagysága, mégis, az a nap, amikor nem kerültem be a Phi Beta Kappába, valaminek a végét jelölte, amire lehet, hogy az ártatlanság a megfelelő szó. Elvesztettem a hitemet abban, hogy mindig zöld lámpát fogok kapni, a kényelmes bizonyosságot, hogy azok a meglehetősen passzív erények, amelyekkel gyerekként elismerést arattam, automatikusan garantálják majd a Phi Beta Kappába való belépést, sőt: a boldogságot, a becsületet, és egy derék ember szerelmét is; elveszítettem a naiv bizodalmat a jó modor, az ápolt haj, és a Stanford-Binet intelligenciaskálán bizonyított kompetenciáim totemikus erejében. Mivel az önbecsülésem ilyen kétes értékű talizmánokhoz volt rögzítve, aznap olyan zavart szorongással néztem szembe önmagammal, mint aki véletlenül vámpírral találkozik, de nincs feszület a keze ügyében.

A legjobb esetben is kínos, amikor az embert visszaterelik önmagához, kicsit olyan, mintha kölcsönzött okmányokkal próbálnánk átkelni a határon, mégis, azt hiszem, ez az egyetlen feltétele az önbecsülés megszületésének. Közhelyeink nagy része ellenére saját magunkat a legnehezebb becsapni. A trükkök, amik másokon működnek, semmit sem érnek abban a kiválóan megvilágított hátsó utcában, ahol titkos randevút szoktunk tartani magunkkal; ott nem hatnak a megnyerő mosolyok, a csinos lista gyűjtött jó szándékok. Hiába keverjük ragyogóan a hamis kártyáinkat: a rossz okból megtett jócselekedeteket, a látszólagos diadalt, amihez nem is kellett valódi erőfeszítés, a hamis hőstettet, amire csak szegényből fanyalodtunk. A szomorú tény az, hogy az önbecsülésnek semmi köze mások elismeréséhez – akiket végső soron könnyű megtéveszteni –, és semmi köze nincs a reputációhoz, ami nélkül jól megvannak a bátrak, ahogy már Rhet Butler megmondta Scarlett O'Harának.

Önbecsülés nélkül jól meglenni viszont olyan, mintha akarjunk ellenére egy véget nem érő dokumentumfilm közönsége lennénk, amely részletesen bemutatja a kudarcainkat, az igazságot ugyanúgy, mint az elképzelteteket, és minden egyes vetítésen új felvételekkel töldják meg. *Ez itt a pohár, amit dühödben összetörtél. Ez itt a harag X arcán; nézd csak, a következő jelenet arról szól, amikor Y visszajött Houstonból, látod,*

<sup>1</sup> A Phi Beta Kappa a legrégebbi egyetemi tudományos társaság az Egyesült Államokban, tagjai a legkiválóbb hallgatók [a ford.].

ezt mennyire elcseszted. Önbecsülés nélkül élni azt jelenti, hogy egyszer egy éjszakan ébren fekszünk, és nincs elérhető közelségben meleg tej, görcsoldó vagy egy paplanhuzaton nyugvó kéz, miközben összeszámoljuk a cselekedettel és mulasztással elkövetett bűneinket, a belénk vetett bizalom elárulását, az ügyesen megszegett ígéreteinket, mindazt, amit megkaptunk, de elvesztegettünk lustaságunk, gyávaságunk vagy gondatlanságunk miatt. Akármilyen hosszan húzzuk-halasztjuk, végül egyedül kell befeküdnünk abba a hírhedten kényelmetlen ágyba, amit magunknak vetünk meg. Az pedig, hogy aludni tudunk-e benne, bizony attól függ, hogy becsüljük-e magunkat.

Aki ezzel szemben azt hozza fel, hogy bizonyos (nehezen elképzelhető) emberek, akik *kizárt, hogy becsüljék önmagukat*, láthatóan nem küszködnek alvási nehézségekkel, az teljesen félreérti a dolgot, csakúgy mint azok, akik szerint az önbecsülés biztos jele, ha az ember nem hajlandó rongyos fehérneműt viselni. Általános hiedelem, hogy az „önbecsülés” afféle kígyókat távoltartó amulett, ami a birtokosát valami romlatlan Édenben tartja, távol az idegen ágyaktól, a félreérthető beszélgetésektől és általában a bajtól. Egyáltalán nem így működik. Semmi köze nincs a dolgok felszínéhez, inkább egyfajta saját békével, privát kiegyezéssel kapcsolatos. Nem valószínű, hogy a *Találkozás*<sup>2</sup> felelőtlen, öngyilkos-hajlamú Julian Englishét vagy *A nagy Gatsby* könnyelmű, reménytelenül becstelen Jordan Barkerét az önbecsülés megtestesítőinek gondolnánk, Jordan Barkernek azonban volt önbecsülése, Julian Englishnek viszont nem. Azzal az alkalmazkodási tehetséggel, ami inkább jellemző a nőkre, mint a férfiakra, Jordan a saját tempójában lépett, megkötötte a saját békéjét, és elkerült mindent, ami ezt a békét fenyegetné: „Utálom az óvatlan embereket” mondta Nick Carrawaynek. „A balesethez ketten kellenek.”<sup>3</sup>

Jordan Barkerhez hasonlóan az önbecsüléssel rendelkező emberek bátran vállalják a hibáikat. Tudják, milyen árat fizetnek. Ha úgy döntenek, hogy házasságtörést követnek el, akkor utána nem szaladnak a lelkiismeret-furdalástól úzve, hogy felmentést kapjanak a sértett féltől, és nem panaszkodnak túl sokat arról, milyen igazságtalan, milyen méltatlanul kínos, hogy „hütlén félnek” nevezik őket. Röviden, az önbecsüléssel rendelkező emberek valamiféle keménységről tesznek tanúságot, egyfajta erkölcsi tartásról, megmutatkozik rajtuk, amit valaha erős jellemnek neveztek, azaz egy olyan minőség, amely [bár elméletben elismerik] néha háttérbe szorul más, gyorsan áruba bocsátható erényekkel szemben. Az erős jellem eltűnő presztízsét jól jelzi, hogy már csak csúnya gyerekekkel kapcsolatban gondolunk rá – vagy olyan amerikai szenátorokkal kapcsolatban, akik, ahelyett, hogy újraválasztották volna őket, kikaptak, lehetőleg az előválasztásokon. Ettől függetlenül az erős jellem – a hajlandóság, hogy felelősséget vállaljunk az életünkért – az önbecsülés forrása.

Az önbecsülés olyasmi, amiről a nagyszüleink mindent tudtak, akár rendelkeztek vele, akár nem. Fiatalkoruk óta beléjük volt nevelve egy bizonyos fegyelem, annak a tudata, hogy az ember úgy él, hogy olyan dolgokat csinál, amiket különösképpen nem akar, hogy félrerakja a félelmeit és a kétségeit, s hogy az azonnal elérhető könnyebbségeket egy nagyobb szabású megkönnyebbülés lehetőségéhez képest

2 John O'Hara, *Találkozás*, ford. Déry Tibor, Athenaeum, Budapest, 1941. [Eredeti címe: *Appointment in Samarra*.]

3 Bart István fordítása.

értékeli, még ha az felfoghatatlan is. A tizenkilencedik század csodálta, de nem tartotta rendkívülinek, hogy Chinese Gordon tiszta fehér öltönyt vett fel, majd kitarzott Kartúmban a Mahdi-felkelők ellen; akkor nem tűnt igazságtalannak, hogy Kaliforniában az új földek megszerzése pusztulást, problémákat és piszkot hozott magával. Egy tizenkét éves telepes-gyerek, Narcissa Cornwall szenvtelenül jegyezte be a naplójába 1846 telén: „Apa nagyban olvasott és amíg anya nem szólt róla, nem is vette észre, hogy a ház tele lett ismeretlen indiánokkal”. Lenyűgöző az egész incidens, még ha fogalmunk sincs arról, Anya mit mondhatott: az olvasó apa, a sorban bejövő indiánok, az anya, amint megválogatja a szavait, nehogy riadalmat keltsen, a gyerek, aki, ahogy illik, megörökítette az esetet, hozzáfűzve, hogy ezek az indiánok éppen nem voltak ellenségesek, „szerencsénkre”. Az indiánok adottak voltak.

Az indiánok valamilyen formában mindig adottak. Még egyszer: az egész annak a felismeréséről szól, hogy mindennek, ami érdemes arra, hogy a miénk legyen, megvan a maga ára. Azok az emberek, akik becsülik önmagukat, hajlandóak elfogadni a kockázatot, hogy az indiánok ellenségesek is lehetnek, hogy a vállalkozás csődbe megy, hogy egy kapcsolatban végül előfordulhat, hogy nem *minden nap vakáció, hisz' te vagy az én hitvesem*. Hajlandóak befektetni magukból valamit: lehet, hogy nem vesznek részt a játékban, de amikor igen, akkor tudják, mit kockáztatnak.

Az ilyen önbecsülés nem más, mint az önfegyelem eszköze, olyan gondolkodásmód, amit tettetni nem lehet, de lehet fejleszteni, gyakorolni, és elő lehet csalogatni. Egyszer valaki azt tanácsolta, hogy sírás ellen dugjam a fejemet egy papírzacskóba. Fiziológiai szempontból történetesen jól indokolható, hogy pontosan ezt tegyük (az oxigénellátáshoz van köze a dolognak), de már a pszichológiai eredmény is felbecsülhetetlen: szörnyű nehéz fenntartani azt a képzetet, hogy mi vagyunk Cathy az *Üvöltő szelekből*, ha közben a fejünk egy Food Fair tasakba van bedugva. Hasonló érvek szólnak az összes apró, önmagában jelentéktelen önfegyelmező gyakorlat mellett: képzeljük csak el, hogy fenn tudnánk-e tartani bármiféle érzelmi vagy részvétekből színlelt önkívületet hideg zuhany alatt.

De az ilyen apró gyakorlatok csak annyiban értékesek, amennyiben nagyobbakat képviselnek. Amikor azt mondják, hogy a waterlooi csatát az etoni sportpályákon nyerték meg, az nem jelenti azt, hogy Napóleonon segített volna egy gyorstalpaló krikett-tanfolyam. Semmi értelme nem lenne díszvacsorákat adni az esőerdőben, ha a liánokon táncoló gyertyafény nem idézne fel mélyebb, erősebb szabályokat, nagyon régen belénk nevelt értékeket. Afféle rituálé ez, ami segít abban, hogy emlékezzünk arra, kik és mik vagyunk. Ahhoz hogy emlékezhessünk rá, ismernünk kellett valamikor.

Ha az ember tudatában van a saját belső értékének (ami tulajdonképpen maga az önbecsülés), akkor potenciálisan mindene megvan: tud disztinválni, szeretni vagy közömbös maradni. Ha nem tud róla, az azt jelenti, hogy be van zárva önmagába, és paradox módon képtelen szeretni vagy közömbös lenni. Ha nem becsüljük önmagunkat, akkor egyrészt kénytelenek vagyunk gyűlölni azokat, akik annyira oktanok, hogy velünk érintkeznek, és olyan gyenge a felfogóképességük, hogy nem veszik észre a végzetes hibáinkat. Másrésztől viszont különös rabszolgaság köt minden ismerősünkhöz, furán eltökéltek vagyunk, hogy bebizonyítsuk a rólunk kialakított hamis elképzeléseiket – hiszen a saját én-képünk tarthatatlan. Magunknak hízogunk, amikor úgy gondoljuk, hogy ez a tetszékényszer vonzó jellemvonás: ez lenne a képzeletgazdag empátiánk magja, a jó szívünk bizonyítéka. Persze, hogy Francesca

leszek, ha Paolót játszod, Helen Keller leszek, bárki is alakítsa Annie Sullivant: egyetlen elvárás sem lehet túlzottan helytelen, egyetlen szerep sem lehet túl abszurd. Kiszolgáltatva azoknak, akiket csak megvetni tudunk, olyan szerepeket játszunk, amelyek megbuknak, mielőtt elkezdenénk az alakítást, és minden egyes kudarc új kétségbeesésbe taszít, hiszen sürgősen meg kell jósolnunk és végre kell hajtánunk a soron következő kívánságot.

Ez az a jelenség, amit néha „az éntől való elidegenedésnek” neveznek. Előrehaladott állapotában már nem vesszük fel a telefont, mert lehet, hogy valaki akar tőlünk valamit. Ebben a játékban elképzelhetetlen, hogy anélkül mondjunk *nevet*, hogy belefulladás az önvádba. Minden találkozás túl sokat követel tőlünk, tépi az idegeinket, leszívja az akaratomkat, az apróságok rémségnek tűnnek: egy megválaszolatlan levél olyan mértéktelen büntudatot okoz, hogy végül lehetetlen lesz megválaszolni. Megfelelő súlyt helyezni a megválaszolatlan levelekre, megszabadulni mások elvárásaitól, visszaadni magunkat önmagunknak – ebben áll az önbecsülés hatalmas, rendkívüli ereje. Nélküle végül beesik az utolsó csepp a pohárba; az ember elszalad, hogy magára találjon – és senkit nem talál otthon.

PÉTI MIKLÓS FORDÍTÁSA

Monsefi Mona

# A kamera költészete

KÉPI ÉS KÖLTŐI TECHNIKA FORUG FARROXZÂD\* A HÁZ FEKETE CÍMŰ DOKUMENTUMFILMJÉBEN

## Bevezetés

A huszadik században a perzsa hagyományból érkező modernista költők között az egyik legnagyobb hatású Forug Farroxzâd (1934–1967) volt. A huszadik század közepének Iránjában a modern költészet párhuzamosan alakult egyéb modern művészeti ágakkal, például a korai újhullámos filmmel. Költői alkotásai mellett Farroxzâd a filmművészet területén is dolgozott az egyik legjelentősebb iráni filmstúdió, a Golestân Stúdió munkatársaként. A filmkészítés technikáinak elsajátítása után saját dokumentumfilmet alkotott: *A ház fekete* címen megjelent filmje mind költői tehetségének, mind filmes és képi stílusának kifejeződéseként szemlélhető. Ez a művészileg megalkotott, költői dokumentumfilm, amely 1962-ben készült egy elzárt iráni lepratelepen, nemzetközi díjakat is nyert, és az iráni filmművészetben máig ikonikus alkotásként tekintenek rá. Ezzel a filmjével és verseivel a korai filmes újhullám és a modernista költői mozgalom fontos szereplőjévé vált annak ellenére, hogy korai halála miatt csak csekély mennyiségű alkotást hozott létre – öt saját verseskötete jelent meg.<sup>1</sup> Nem konvencionális

\* A perzsa nevek és szövegrészletek átírásában Torma Katalin tanulmányának útmutatását követjük: *A ghasal élt, meghalt és feltámadt. Simin Behbahâni költészetéről*, Tiszatáj 2015/11, 71–80., főképp: 71., 1. jegyzet. [A ford.]

<sup>1</sup> Az életmű legtmörebbe összefoglalását I. Farzaneh Milani, *Farroġzâd, Forûġ-Zamân = Encyclopediâ Iranica* online edition: <https://iranicaonline.org/articles/farroqzad-forug-zaman>.