



2021/2.

GYÁSZ ÉS PSZICHOANALÍZIS

TARTALOM

BEVEZETÉS (*Papp-Zipernovszky Orsolya*) 3

TANULMÁNYOK

Ken Robinson: „Csak kissé és késve”: a gyász tapasztalata..... 7

Sarungi Emőke: Szétszakadva és összekapcsolódva: a gyász hatása
kapcsolatainkra23

Szél Erzsébet: Mentalizáció a gyászmunkában32

Bókay Antal: Gyász és melankólia – az énteremtés útjai46

Kovács Petra: Sebezhetetlenség és sérülékenység a frontvonalban58

Tórizs Eszter: A bekebelezés melankóliája. Vágó Márta
búcsúverseiről70

Nagy Dániel: A zene mint a gyász és a trauma elbeszélésének
helyettesítője Toni Morrison *Dzsessz* című regényében88

ANKÉT

Terapeuták és a vírus (Csabai Márta, Bokor László, Székács W. Judit,
Krékits József, Csigó Katalin, Péntes István, Ormay István, Incze
Adrienne, Árkovits Amaryl, Kőváry Zoltán, Kovács Petra, Máriási
Dóra, Martos Tamás, Sallay Viola).....102

NEKROLÓG

Szakács Ferenc, 1933–2021 (*Ajkay Klára*)131

HIRDETÉS – *Lélekelemzés*, 2021/1.134

ENGLISH SUMMARIES.....138

E SZÁMUNK SZERZŐI142

Imágó Budapest

ISSN 2062–5383

10. évfolyam, 2. szám, 2021

GYÁSZ ÉS PSZICHOANALÍZIS

Főszerkesztő:

Borgos Anna

A szerkesztőség tagjai:

Erős Ferenc, Gyimesi Júlia, Kovai Melinda, Kovács Anna, Kőváry Zoltán,
Lénárd Kata, Papp-Zipernovszky Orsolya

Szerkesztőbizottság:

Ajkay Klára, Békés Vera, Bókay Antal, Csabai Márta, Erdélyi Ildikó,
Hárs György Péter, Székács Judit, Vajda Júlia

Jelen számot szerkesztette:

Papp-Zipernovszky Orsolya

E számunk megjelenését az



Nemzeti Kulturális Alap
támogatta.

Az Imágó Budapest szerkesztőség e-mail címe:

imago@imagoegyesulet.hu

A kiadó Imágó Egyesület URL címe: <http://www.imagoegyesulet.hu>

A folyóirat URL címe: <http://imagobudapest.hu>

Facebook: <https://www.facebook.com/ImagoBudapest>

© Imágó Egyesület, 2021



Bevezetés

A szerkesztőségben többen régóta terveztünk egy gyással kapcsolatos tematikus számot egyrészt a haláleseti gyász és a más típusú veszteségek párhuzamainak előtérbe kerülése kapcsán, másrészt a Magyarországon is egyre inkább elérhető gyász-terápiák megértése miatt. A gyász témája iránti kezdeti elméleti érdeklődés a szerkesztőségben fájdalmas személyes tapasztalatba fordult át: ezzel a számmal ismét emlékezünk az *Imágó Budapest* (és elődje, a *Thalassa* folyóirat) alapító főszerkesztőjére, Erős Ferencre és a szerkesztőség egyik legvitálisabb és legszokásosabb tagjára, jelen szám tervezésekor is társ-szerkesztőre, az idén januárban tragikusan elhunyt Lénárd Katára.

Ismert, hogy a pszichoanalitikus koncepciók – elsősorban Freud „Gyász és melankólia” című írása (Freud, 1917), valamint Lindemann szakaszelmélete (1944) nyomán – jelentős szerepet játszottak a gyász elméleteinek kialakításában. Kevésbé ismertek azonban ezek kritikái (pl. az interperszonális vonatkozások elhanyagolása miatt), a kötődéselmélet alapján létrejött továbbfejlesztései (Bowlby, 1969), vagy a mai szelf-pszichológiai elképzelések (pl. Stroebe, Schut és Boerner [2010] „Continuing Bonds” modellje). Jelen számban ezek időrendi, kritikai áttekintését nyújtja **Sarungi Emőke** „**Szétszakadva és összekapcsolódva**” című tanulmánya, melynek másik fókusza a gyász kapcsolatokra gyakorolt hatása. Érzékenyen tekinti át azokat a „rejtett vagy nyilvánvaló kockázatokat, amiket a feldolgozatlan, elakadt gyász jelent támaszt nyújtó kapcsolatainkra nézve”.

Szintén a gyakorló klinikus szemszögéből fogalmaz meg kritikákat Freud gyász-elméletéről **Ken Robison** írása „**»Csak kissé és késve«: a gyász tapasztalata**” címmel. A szerző eset-illusztrációkon keresztül mutatja be, hogy az aktuális gyász hogyan rétegződik a korábbi (normatív) fejlődési veszteségekre (pl. az elsődleges tárgy elvesztése a differenciálódás során), és hogyan jelenik meg a vigasztalhatatlanság (az elvesztett szeretett tárgy felcserélhetetlensége) érzése a jelentős veszteségek részeként. A tanulmány széles körben támaszkodik Freud gyászhoz kapcsolható szövegeire (pl. a kényszerszemrehányás fogalmára, „A múlandóságról” című esszéire, valamint Freud levelezésére, melyben megjelenik lánya, Sophie elvesztésének tapasztalata), a veszteség és a fájdalom elhárításainak pszichoanalitikus elméleteire (pl. Abraham és Török pszichikus sírbolt fogalma, vagy az inkorporáció és identifikáció szerepe a gyászmunkában), illetve a magyar olvasók számára kevésbé ismert francia, poszt-lacaniánus iskolának a gyász kapcsán a hiányt és az enigmatikusságot hangsúlyozó elképzeléseire.

Ez utóbbit, az én-élmény elfojtott tapasztalatának háttérére vonatkozó elgondolást bontja ki **Bókay Antal** „**Gyász és melankólia – az énteremtés útjai**” című tanulmánya. Ebben a freudi gyász és melankólia elkülönítés lényegét – elsősorban Kristevára támaszkodva – a hiányon alapuló én-teremtés (melankólia) konkrét tárgyvesztéssel (gyász) való elfedésének műveletében látja. „A »Gyász és melankólia« nem terápiás irányú munka, valami olyat üzen, hogy énünk alapja gyászból, melankóliából is formálódik, és akár akarjuk, akár nem, önmagunk és a világ percepciója közben állandóan visszatérünk, visszakényszerülünk ehhez az alaphoz. [...] Lehetséges, hogy a gyász is melankolikus háttérű, de általában egy olyan elfedő, allegorikus jelölő alá csúszik az igazi jelölt, a problematikus önérzés, amely – ahogy az álom teszi a tudattalan elfojtott képzetet –, eltünteti a problematikus, elfojtott nárcisztikus háttérét.”

Az elméleti tanulmányokat **Szél Erzsébet** „**Mentalizáció a gyászmunkában**” című írása zárja, mely kötődéseméleti perspektívából tekint a gyászfolyamatra. A kapcsolati veszteségként értékelt tapasztalat erős érzelmeket kelt, ami egyszerre aktiválja a kötődési rendszert, és sajátosan befolyásolja a mentalizálás színvonalát (alacsony működés, a nem mentalizáló módok dominanciája). A tanulmány részletes betekintést nyújt a kötődés- és mentalizációs elméletek kevésbé ismert pszichoanalitikus gyökereibe is (pl. Bion, Lecours és Bouchard), és biztos kézzel alkalmazza a mentalizációs elméletek fogalmait a gyász során megjelenő gondolkodási és érzelmi változások leírására, valamint a mentalizáció-fókuszú terápiák veszteségfeldolgozási eszközeinek bemutatására.

Különböző tapasztalatokból és elméleti háttérből építkezve az első három elméleti tanulmány egy irányba mutat abban a tekintetben, hogy Freud gyász és melankólia megkülönböztetése túlságosan merev; a nem-patológiás gyászfolyamat során is egymásba játszhatnak ezek az élmények, az én-elszegényedés és az elvesztett szeretett személlyel való azonosulás fennmaradása szolgálhatja a feldolgozást, és új, átalakított lét- és kapcsolati belátásokhoz vezethet. Az is felvetődik a szövegek olvasásakor, hogy nincs egységes pszichoanalitikus gyász-elmélet, ugyanakkor a klinikai munka és a kulturális-társadalmi alkalmazás szempontjából egyaránt hasznos, irányzatokhoz kötődő elgondolások vannak.

A segítők veszteségélményei állnak **Kovács Petra** „**Sebezhetetlenség és sérülékenység a frontvonalban**” című tanulmányának fókuszában is. A szerző mentődolgozókkal készített interjú-részleteken keresztül mutatja be az extrém körülmények közötti helytállás során kifejlesztett *segítő vért* (vö. Bálint Mihály [1961] *apostoli funkció* fogalma) típusait és működését, illetve azt is, hogy „ugyanezen tényezők miként válnak veszélyessé a mentési helyzetekből kilépve: hogyan nehezítik meg az érzelmileg megterhelő esetek és veszteségek feldolgozását”.

Tematikus számunk következő egysége a gyász szépirodalmi reprezentációira ad példákat, melyek több szálon kapcsolódnak az elméleti cikkekben megjelenő kiismerhetetlenség és enigmatikusság kérdéséhez, illetve az írás veszteség-feldolgozást segítő szerepéhez. **Nagy Dániel** tanulmánya, „**A zene, mint a gyász és a trauma elbeszélésének helyettesítője Toni Morrison *Dzsessz* című regényében**” a veszteség és a trauma *elbeszélhetőségének* kérdését járja körül egy olyan szépirodalmi

alkotásban, ahol a tragikus haláleseteket követő érzések leírását a zene megjelenése helyettesíti. „Vagyis a zene *ekfrázisa* (nyelvi »leírása«), mint egy alapvetően nem verbális impulzus nyelvi »átfordítására« tett kísérlet a gyász, a veszteségek, illetve a traumatikus emlékek verbalizációjának metaforájaként működhet Morrisonnál.” Az írás ötvözi a szemiotika és a kognitív poétika releváns fogalmait a trauma elfojtásának pszichoanalitikus elképzeléseivel.

Tórizs Eszter „»Szálló pókok porzós hálókba szőnek«: A bekebelezés melankóliája. Vágó Márta búcsúverseiről” című tanulmánya Vágó Márta József Attila halálára írt verseit elemzi (*Szonett, Az eltávozotthoz*), de nem elsősorban irodalomtudományi szempontból – bár részben a stilisztika eszköztárával –, hanem a gyász feldolgozásának lenyomataiként és aktusaiként. A szövegben ismét előkerül a gyász és a melankólia elkülönítésének problémája, a bekebelezés és az azonosulás szerepe és nyelvi megjelenése a veszteség-feldolgozásban, és az írás mint a kimondhatatlan (érzelmek) jelekbe, ritmusba és formákba való áthelyezése (Kristeva, 1989, 22.).

A sorozatos veszteségélmény az elmúlt másfél évben nemcsak személyes, hanem kollektív szinten is velünk van a Covid-19 világjárvány következtében. Ugyan a számtervezésekor ezt még sejteni sem lehetett, a körülöttünk zajló események (túl) gyors és folyamatos reflexiót hívnak elő. Mi is feltettük a kérdést, vajon megváltoztatták-e a most zajló események a gyászt, és ha igen, mennyiben? **Csabai Márta szerkesztésében** gyakorló klinikusoktól gyűjtöttünk személyes reflexiókat a világjárványnak a pszichoterápiás folyamatokra, a terápiás terekre, a kliensekre és a terapeutákra gyakorolt hatásáról, az ennek során megélt veszteségekről és az áthidalás kreatív lehetőségeiről. Az anket szerzői: **Bokor László, Székács W. Judit, Krékits József, Csigó Katalin, Péntes István, Ormay István, Incze Adrienne, Árkovits Amaryl, Kőváry Zoltán, Kovács Petra, Máriaasi Dóra és Martos Tamás – Sallay Viola.** Ezek a személyes reflexiók felkelthetik a közös élmény és támogatás érzését az olvasókban.

Ajkay Klára nekrológja a nemrég elhunyt **Székács Ferencről** a tiszteletadás és a tanítványi, majd kollegiális emlékezés hangján szólal meg ebben a számban.

Az itt közzétett írásokban a gyász egy sokszínű, a személyiség felépítésébe, működésébe ágyazott egyedi folyamatként jelenik meg, ami egyszerre feldolgozható, és ugyanakkor kapcsolódik létünk megismerhetetlen, kifejezhetetlen, hiány-alapú minőségéhez. Reméljük, hogy válogatásunkkal hozzájárulunk a Freud utáni pszichoanalitikus gyász-elméletek részletesebb bemutatásához, és az aktuális helyzetre reflektálva támpontokat adunk a gyakorló szakembereknek is.

Papp-Zipernovszky Orsolya

Felhasznált irodalom

Bálint M. (1961). *Az orvos, a beteg és a betegség.* Budapest: Animula, 2004.

- Bowlby, J.** (1969). *Attachment and Loss: Attachment*. (online) New York, NY: Basic Books.
- Freud, S.** (1917). Gyász és melankólia. In: uő, *Ösztönök és ösztönsorsok. Metapszichológiai írások* (129–143). Budapest: Filum Kiadó, 1997.
- Kristeva, J.** (1989). *Black Sun. Depression and Melancholia*. New York: Columbia UP.
- Lindemann, E.** (1944). Az akut gyász tünettana és kezelése. *Kharón*, 1998, 2(4): 13–26.
- Stroebe, M. – Schut, H. – Boerner, K.** (2010). Continuing bonds in adaptation to bereavement: Toward a theoretical integration. *Clinical Psychology Review*, 30: 259–268.



Ken Robinson

„Csak kissé és késve”: a gyász tapasztalata¹

„Vajon a sok tapasztalat közül, amelyeket hallunk, látunk és érzünk életünk során, miért éppen azok a bizonyos érzelemmel telített képek térnek vissza újra meg újra? Miért nem mások? Egy bizonyos madár dala, egy bizonyos hal felugrása adott időben és adott helyen, egy virág illata, egy öreg hölgy a német hegyi ösvényen. A nyitva maradt ablakon át megpillantunk az éjben hat kártyázó útonállót, akik egy francia vasúti elágazás melletti bakterházban ülnek az asztalnál, a vízimalom szomszédságában: az ilyen emlékeknek talán szimbolikus jelentőségük is van, de hogy micsoda, azt nem tudjuk megállapítani. Hiszen azért térnek vissza, hogy a beláthatatlan mélységbe kukucskálás élményére emlékeztessenek.”

(Eliot, 1933/1964, 148.)

Ez a T. S. Eliot idézet újra és újra ott visszhangzik a fejemben jónéhány éve, mint ahogy Dryden versének kezdő sorai is – melyekből a címben található utalást vettem. John Dryden költőtársát és barátját, John Oldhamet búcsúztatta ezzel az elégiával, aki 1683-ban halt meg:

„Kit csak kissé és késve ismerek,
enyémnek tudtalak, isten veled!”

(Dryden, 1683/1986, 612. Ferencz Győző fordítása²)

Szándékom szerint bepillantunk e szöveg mélységeibe – mindemellett igyekszem bemutatni ezen mélység beláthatatlanságát is.

Dryden a gyászoló ember nagyon általános tapasztalatát írja le: bárcsak több időt tölthetünk volna elvesztett szerettünkkel, még annyi mindent lehetett volna elmondani, megtudni. Ezek az érzések nem feltétlenül függenek össze azzal, hogy az elhunyt személyt milyen régóta ismerjük. A rövid életű, „gyerekkorú” kapcsolatok mellett akár a hosszútávú, egész életen át tartó kapcsolatokat is gyászolhatjuk így. Sőt,

¹ Az írás egy korábbi változata 2018-ban előadásként elhangzott Varsóban a Lengyel Pszichoanalitikus Pszichoterápiás Társaságban és a londoni 52 Clubban.

² Az eredeti verssorok: „Farewell, too little and too lately known, / Whom I began to think and call my own;”

ezt az élményt az sem befolyásolja, hogy volt-e lehetőségünk elbúcsúzni halála előtt az illetőtől.

A „csak kissé és késve” gyász-tapasztalatot *többrétegű jelenségként* értelmezem. Egy klinikai eset bemutatásával illusztrálom, mire is gondolok, amikor a gyász számos rétegének egymásra vetüléséről beszélek – legalábbis igyekszem bemutatni néhányat közülük. Beatrice negyvenes éveinek közepén jár, jól képzett szakember, és több éve jár hozzám analízisbe. Nem sokkal az analízis kezdete előtt halt meg az édesanyja, így ő egy elhúzódó gyász felhője alatt élt éveken át. Évek teltek el, mire elkezdett egyáltalán gyászolni. Az édesapja Beatrice ötéves korában halt meg, és az ő halálát nem lehetett elgyászolni, sem akkor, sem később. Beatrice édesanyja fiatal nőként elhagyta szülőházát, hogy férjhez menjen Beatrice édesapjához Észak-Angliában. Az anya az iparban épített sikeres karriert, amit Beatrice születése után félretett, nem sokkal ezután pedig Beatrice édesapját gyógyíthatatlan rákkal diagnosztizálták. Férje elzárta előle betegségét, de amikor Beatrice két éves lett, állapota nagyon leromlott, és az anya férje gondozásának szentelte életét egészen annak haláláig. Hogy még rosszabb legyen a helyzet, az apa játékszenvedélyét is eltitkolta a családjá elől, amely halála idejére a csőd szélére vitte. Így hát Beatrice édesanyja egyszerre csak ott találta magát egy fillér nélkül, a hazája nélkül egy idegen országban – súlyos depresszióba esett, és képtelen volt elismerni a halott férje hiányosságait, hibáit, képtelen volt elgyászolni őt. Beatrice pedig már ötévesen belekerült az anyját gondozó szerepbe. Ahogyan azzal már Freud is tisztában volt, ilyen körülmények között „nemritkán megesik, hogy azt, aki életben marad, gyötrelmes aggodalmak lepik meg, melyet mi »kényszer szemrehányásnak«³ nevezünk: vajon nem hibás-e vigyázatlansága vagy hanyagsága miatt a szeretett lény halála bekövetkezésben”. (Freud, 1913/2011, 66.) Ez alól Beatrice sem volt kivétel: úgy érezte, ha ügyesebben szórakoztatta volna az apukáját, akkor talán nem halt volna meg. Ezeket a félelmeket csak mélyítette az édesanyja depresszív légkörének belélegzése, melynek mélyén ott volt saját „kényszerű szemrehányása” (Freud, 1913/2011, 66.).

Amikor az anya már elég jól volt, visszatért dolgozni, hogy megélhetést biztosítson a gyerekének, de még mindig képtelen volt szembenézni azzal, hogy a férfi, akihez hozzáment, anyagilag cserbenhagyta a családját. Mindvégig idealizálta volt férjét, egészen haláláig, amely lánya harmincas éveinek közepén következett be. Beatrice a maga részéről haragudott az apjára, egyrészt azért, mert úgy érezte, hogy már az ő fogantatásakor tudhatta, hogy halálos beteg – másrészt mert a betegsége és később a halála okozta érzelmi teher megfosztotta őt az édesanyjától. Beatrice nem sokkal édesanyja halála előtt tudta meg véletlenül egy rokonuktól, hogy az édesapja eljátszotta a családi vagyont – de ekkoriban éppen tudattalanul ismétlődött a szülei közötti viszony a saját házasságában. Férje az idő nagy részében a családtól távol dolgozott, keresetét pedig prostituáltakra és drogokra költötte, sőt, jelentős tartozással hagyta ott őket.

Amikor Beatrice felfedezte férje életvitelét, rá kellett döbbsennie, hogy pontosan az apja mintájára választott férjet, és számos fontos vonatkozásban ismétlődik szülei párkapcsolatának működése. Gyorsan elvált, és a veszteség mellett az elárultság-

³ Kiemelés az eredetiben (*a ford.*).

érzéssel is meg kellett küzdenie – nagyon hasonlóan az apjával kapcsolatos érzéseire. Ez a tapasztalat megnyitotta az utat egy mélyebb, katasztrofális veszteség-élménytől való félelem felé, és e szorongás közepette hazaköltözött az anyjához. Ekkor úgy érezte, minél többet meg kell tudnia az apjáról, és egy saját, reálisabb nézőpontot kialakítani vele kapcsolatban. Beatrice anyja túlságosan követelőző, sokszor kritikus is volt vele szemben, nem tudta megengedni a leválást – és ő maga is ambivalens érzésekkel küzdött az anyjával kapcsolatban. Anyjával való viszonyának ezen szakaszában a szeretet és az utálat igényét általában különböző tárgyakra vetítette, például előfordult, hogy anyját hevesen gyűlölte, miközben rajongott egy családi barátért. Vagy éppen ellenkezőleg: idealizálta anyját, és befektetett egy barátot vagy valaki mást. Ebben az időszakban diagnosztizálták anyját egy halálos kimenetelű degeneratív agydaganattal, az állapota pedig gyorsan romlott.

Beatrice folyamatosan az anyja mellett volt ebben a gyorsan romló betegségben és a kezelése során is – tudattalan ellenséges fantáziái hatására folyamatosan attól félt, hogy valami borzasztó dolog történik, ha eltávolodik. Ebben az időszakban, anyja kezelése során Beatrice számára nehéz volt bármiféle negatív érzést megélni, megfogalmazni anyja felé. Halálának napján is együtt voltak, de Beatricének nagyon nehéz volt kifejeznie annak fájdalmát, hogy ilyen állapotban kell látnia őt. Egy rövid időre elhagyta a szobát, ahol anyja haldoklott (egy családi baráttra bízva a feladatot), hogy kicsit kipihenje és összeszedje magát, de az anyjától való fizikai eltávolodás olyannyira felerősítette a szorongását, hogy szinte pánikszerű állapotba került. Később az analízisben már meg tudta fogalmazni, hogy gyűlölte az anyját, amiért meghal – és más dolgok miatt is –, és attól rettegett, hogy amikor a közelében van, ettől a gyűlölettől fog meghalni az anyja, ha pedig eltávolodik, akkor az elhanyagolástól. Amikor nem látta az anyját, felerősödtek kínzó kétségei: vajon ő mennyiben felelős anyja haláláért? Akkor ott nem voltak ehhez a pánik-élményhez megfelelő szavak, és éppen az állapota akadályozta meg, hogy a lehető leghamarabb visszatérjen anyja betegágyához – az anyja pedig akkor halt meg, amikor ő nem volt a szobában. Az elért intellektuális fejlődés teljes összeütközésbe került az anya halálával, és Beatrice szinte elsüllyedt épphogy csak kialakuló érzéseinek kaotikus összevisszaságában. Félelmei és szorongásai következtében folyamatosan az összeomlás szélén táncolt, éppen csak túlélte. Egy barátja tanácsára keresett segítséget a pszichoanalízisben.

Freud egyik legnagyobb meglátása volt, hogy a kínzó büntudat és a gyászolásra való képtelenség a tudattalan ambivalens érzésekből, sokszor ellenségességből fakad. Ez volt a helyzet Beatricénél is. Jónéhány évvel anyja halála után is szüntelen gyászban és büntudatban élt, szinte mazochisztikusan ragaszkodott ezekhez az érzésekhez, mintegy fenntartva a kapcsolatot az anyjával. Mazochizmusa nem csak kiszolgált a büntudatát, de összetett, élvezetes és bonyolult kötődést is biztosított számára. Ugyanakkor, bizonyos mértékig tudatára ébredve az elválásnak, azonosulással tartotta életben az anyját: mintha ő maga lenne a saját anyja, túlzottan kritikus volt önmagával. Mondhatjuk úgy is, hogy azonosult az agresszorral. Ha ő maga az anyja, akkor az anyja nem férhet hozzá. Védekezésének merevsége idővel enyhült, és a gyász folyamatának részeként – ahogy azt már Freud is leírta – egészségesebben tudta megfogalmazni és megélni ambivalenciáját:

„Tudja, olyan nehéz volt elengedni az anyámat, de azt hiszem, most már kimondhatom a tényt: mindegy, milyen sokáig élt, akkor is azt fogom érezni, hogy nem volt elég a velem töltött idő...”

Fejlődési veszteségek és a gyász mint egész életen át tartó folyamat

Beatrice szavai túlmutatnak a szülők elvesztése felett érzett gyász nyilvánvaló tapasztalatain, feltárulnak a sorozatos fejlődési veszteségek örökké háttérben kísértő érzései – olyan átmeneti élmények ezek, melyek átszínezik a később megélt veszteségeinket is. A következőkre gondolok:

- az elsődleges tárgy elvesztése a differenciálódás során;
- a szeparáció-individuáció folyamatában jelen lévő veszteségek;
- az ödipális szeretet-tárgy elvesztése

Mindhárom téma értelmezhető a „csak kissé és késve” élményén keresztül is. Ahogyan Freud fogalmazta, „általános megfigyelés, hogy az ember nem szívesen ad fel valamely libidóhelyzetet, még akkor sem, ha pótlás van kilátásban” (Freud, 1917/1997, 132.). Azaz, mindig visszahúz minket – különösen stressz esetén – egy korábbi, ha nem a legkorábbi fejlődési szakaszba a vágy. Szintén Freud megállapítása az is, hogy folyamatosan, újra és újra átdolgozzuk ezeket a szakaszokat, például az Ödipusz-komplexus során: a vágyott „destruktív rezdület” (Freud, 1923/1991, 52.) valójában sohasem történik meg. Ugyanez elmondható a szeparációs-individuációs szakaszcól és a mélyén eredő identitás-komplexusról is. Mindkét fázis újra előkerül a serdülőkori idején, és az újrafeldolgozás tulajdonképpen egész életen át tart (Glasser, 1979; Blos, 1967). Amikor Beatrice elkezdte az analízist, az anyja halála és mindezen veszteségek egyetlen zavaros, differenciálatlan érzés-halmazként jelentek meg. Az analízis egyik célja az volt, hogy szétválogassuk, mi hova tartozik. Beatrice-nek nehezebbre esett kilépni az anyjával való idealizált kapcsolatból, összefonódva maradt vele, hogy elkerülje a veszteséget: ez a tárgy elengedésének korai nehézségére utal. Mivel az elsődleges tárgy(kapcsolat), mint minden paradicsomi állapot, magában foglalja a végességet is, valahol a lelke mélyén úgy érezheti az ember, hogy nem volt, nem lehetett elég belőle – ezért mindig törekszik visszatérni ehhez az élményhez. Milton, Proust, Pierre Bonnard és más írók, művészek is inspirálódtak az elveszett paradicsom témájából. A paradicsomi állapot valami olyan teljességet jelent, amellyel Bálint Mihály a gyermek és környezete közötti szimbiotikus kapcsolatot jellemezte: „egymásba folyó harmonikus elvegyülés” (Bálint, 1971/2012, 54.). Ebben a teljességben azonban mindig ott van az elmúlás is. Leonard Shengold (2006, 192-201.) igen emlékezetesen írt erről a feszültségről.⁴ Beatrice számára a vágyhoz kapcsolódó veszteség-érzés különösen erős volt: a szeparáció folyamatával szembesülve erőteljesen kapaszkodott az idealizált anya reprezentációjába. Ennek eredményeképpen nem jutott el abba a fejlődési szakaszba, amelyben a veszteség és a

⁴ Leonard Shengold (1926–2020) amerikai pszichoanalitikus
<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/00207578.2020.1739528> (a ford.).

növekedés dialektikus feszültsége képezi a szeparációs-individuációs folyamat alapját, majd a fejlődés összegződése nyomán megszületik egy új belső struktúra és a valóságelv (Akhtar, 1994, 451.). Beatrice beleragadt egy statikus bárcsak-világba, melyet primitív idealizációk, hasítás és tagadás jellemezett.

Beatrice a fejlődésének későbbi szakaszában sem volt képes adekvátan kezelni az Ödipusz konfliktus feloldásához szükséges veszteség-élményt, mely – mint maga a gyászfolyamat – magában foglalja a szeretet tárgyának fokozatos feladását, és az elveszett tárgykapcsolat tulajdonságainak belsővé tételét, a felettes én kialakulását. A későbbi gyász-tapasztalatokkal ellentétben, amikor véglegesen elveszítünk egy szeretett személyt, az Ödipusz-komplexus idején a gyász a szeretett személy jelenlétében (és jó esetben a segítségével) történik. Ha ez a segítség valamilyen okból nem áll rendelkezésre – akár a körülmények, akár a szülő halálának bekövetkezése miatt –, az Ödipusz-komplexus feloldása ellentmondásossá válik, és ez a későbbiekben további gyászfolyamatokra is kihathat majd. Beatrice apjának halála és anyjának depressziója pontosan ettől a támogatástól fosztotta meg őt.

Minden egyes veszteségünk megélése folyamán újraéljük korábbi veszteségeinket és megküzdési módjainkat is – ideértve a veszteség elkerülésére tett erőfeszítéseinket. Korábbi veszteségeinket és azokra adott válaszainkat magában hordozza az éppen aktuális veszteség. Beatrice fejlődésének minden egyes szakaszában megtapasztalta, hogy soha nem volt eléggé elérhető számára az anyja (és az apja) támogatása. A csak kissé és késve megkapott tárgyakhoz ragaszkodott: bárcsak..., mi-minden-lehetett volna..., sosem volt elég ideje gyászolni, amikor pedig mégis gyászolt, azzal kellett szembesülnie, hogy nincs teljes feloldozás és vigasztalódás a veszteség élményéből. Soha nem vágyakoznánk vissza a paradicsomba, ha lenne teljes feloldozás.

Beatrice esetét megvizsgálhatjuk Freud elméletének szempontjából is. Klasszikus művében Freud szembeállította a gyász és a melankólia állapotait, hogy hangsúlyozza az ő értelmezésében a melankóliához tartozó érzéseket – de ezzel a polarizációval egy túlságosan merev elválasztást hozott létre. Mindkét állapot a veszteség élményére adott reakció, de „kézenfekvő lenne a melankóliát valamiképpen a tudattalan tárgyvesztéshez kapcsolni, szemben a gyással, amelynek során a veszteségből semmi sem marad tudattalanul” (Freud 1917/1997, 133.). Véleményem szerint az elkerülhetetlen fejlődési veszteségeink tudattalanul mindig megjelennek a gyászfolyamatainkban is – és mivel ezek az eredendő ambivalenciák nyomot hagynak minden veszteség-élményünkön, a gyász akkor is tud elhúzódó és patológiás (komplikált) lenni, ha nem jelenik meg a melankólia állapota. Hasonlóan, Freud azon gondolata, miszerint „a gyászban a világ vált szegénnyé és üressé, a melankóliában maga az én” (1917/1997, 133.), nem illeszthető könnyedén össze az átlagosan (normálisan, egészségesen) gyászolóktól hallott olyan kijelentésekkel, mint „senkinek érzem magam nélküle”, vagy „elvesztettem egy részemet”. Freud célja ebben a szövegben (gondolatmenetben) természetesen az volt, hogy megvilágítsa a melankólia jellemzőit a gyással szemben, különösen a súlyos önkritikák természetét – ugyanakkor úgy gondolom, hogy a természetes gyász sokkal közelebb van a melankóliához, mint ahogyan azt ő tárgyalja. Beatrice megszállott önostorozása nem annyira az azonosulás során elvesztett tárgy veszteségéből fakadt, inkább abból a mágikus elképzelésből, hogy valahogyan megakadályozhatta volna szülei halálát.

Persze jelen volt valamennyire az azonosulás az agresszonnal, de ez a mágikus vágy önmagában védekezési mechanizmus volt mind a tehetetlenség-érzéssel, mind a „megöltem őket” félelmével szemben. A hangsúly nem a melankolikus depresszió, hanem az anyjával való viszony működtetésén volt, bár kétségtelen, hogy az ambivalenciák feloldatlanok maradtak.

Beatrice anyja aktív elgyászolása után is úgy fogalmazott, hogy soha nem jutott neki elég belőle – és itt akár kétségbe is vonhatjuk a szokásos pszichoanalitikus következtetést, miszerint a szeretet tárgyának dekatexise és belsővé tétele (valamilyen reprezentáció formájában vagy valamilyen értelemben) nemcsak hogy vigaszt nyújt, de lezárja a gyászfolyamatot is.

Vigasztalhatatlanság

„A múlandóságról” című esszéjében Freud igen optimistán gondolkodott a gyászfolyamatról, melynek következményeként az elveszett tárgyról való teljes leválást jelölte meg: „A gyász azonban, mint tudjuk, bármennyire fájdalmas is, magától véget ér. Ahogy feladott mindent, ami elveszett, felélte önmagát is, és libidónk újra felszabadul, hogy amennyiben még fiatalok és tevékenyek vagyunk, az elveszett tárgyakat azonos vagy magasabb értékűekkel helyettesítse.” (Freud, 1916/2001, 205.)

Ugyanilyen hangot üt meg a „Gyász és melankóliá”-ban is, amikor azt állítja, hogy „a gyászmunka befejezése után az én mindazonáltal ismét szabaddá és nem-gátolttá válik”. (Freud, 1917/1997, 133.) E fogalmi rendszerben a gyász valamiféle átmeneti felbomlott állapot, az elveszett tárgy helyét pedig idővel új tárgy veszi át. Ezen a gondolatmeneten tovább haladva azt a – korábban a melankólia kapcsán tett – megállapítását is felidézi Freud, hogy a gyászfolyamat következményeképpen az elveszett tárgy az én-ben kap helyet. Lényegében arról van szó, hogy „egyáltalában ez az azonosítás a feltétele annak, hogy az ősválami a maga tárgyát feladja” (Freud, 1923, 36.). A tárgy nem vesz el teljesen, hanem belsővé lett. Ahogy Karl Abraham írja: „A gyász folyamatával [...] együtt jár a vigasztalás is: szeretetem tárgya nem tűnt el teljesen, itt hordozom magamban, elveszítethetetlenül.” (Abraham, 1926, 437.)

De a vigasztalódás hangsúlyozása túl egyszerű magyarázatnak bizonyult. Amikor Ludwig Binswanger saját elvesztett fiát gyászolta, Freud az alábbi vigasztaló sorokat írta neki 1929. április 11-én, Sophie lánya születésnapján, kilenc évvel azután, hogy Sophie meghalt spanyolnátha következtében: „Tudjuk, hogy az akut szomorúság egy ilyen veszteség után hosszabb lefutású, de tudjuk azt is, hogy vigasztalhatatlanok maradunk, és sosem találunk pótlékot. Teljesen mindegy, mi következik, hogy átvegye a helyét, még ha teljességgel ki is tölti azt a helyet – mégiscsak valami más lesz az, nem ugyanaz. És így is kell lennie. Ez az egyetlen módja annak, hogy örökké szeressünk valakit, akit soha nem akarunk elhagyni.”⁵ Freud itt a saját gyermekének elvesztésére reagál, olyan veszteségre, amely mindannyiunknak különösen nehéz.

⁵ Freud és Binswanger kapcsolatáról lásd: [http://imago.mtapi.hu/a_folyoirat/e_szovegek/pdf/\(14\)2003_2-3/157-168_Lubinszki-M.pdf](http://imago.mtapi.hu/a_folyoirat/e_szovegek/pdf/(14)2003_2-3/157-168_Lubinszki-M.pdf) (a ford.).

Mint ahogy egy szülő elvesztése a fiatal gyerekeknek, úgy a gyerek elvesztése a szülőnek is olyan gyász, mely nem a család természetes fejlődéséből következik. Itt 1929-ben Freud tisztán megfogalmazza, hogy bármilyen – külső vagy belső – tárgy kerül is az elvesztett helyére, az sohasem lehet ugyanaz, ezért a gyászoló személy vigasztalhatatlan lehet. A gyász pedig sohasem fejeződik be. Ha minden elég jól alakul, az elvesztett szeretett személy reprezentációja belsővé lesz, minden jó és kevésbé jó tulajdonságával együtt: beszélhetünk és kapcsolódhatunk hozzá, és így tovább. De mégis egy *elvesztett* személy marad – és ebben az értelemben a hiányt mindig gyászolni fogjuk.

A veszteséghez kapcsolódó vigasztalhatatlanság legerőteljesebben a szülő korai elvesztése vagy a saját gyermek elvesztése esetén fordulhat elő, de természetesen nem kizárólag ezekben az esetekben. Miután a valóság tesztelése befejeződik a gyászfolyamat lezáródása során, amikor már lehetséges újra a világhoz kapcsolódni – akkor nyilvánvalóvá válik, hogy az elvesztett szeretett személy bensővé tétele nem ugyanaz, mintha a valóságban, élőben is velünk lenne. Fontos megjegyeznünk, hogy Freud a vigasztalhatatlanság élményét nem a problémás gyászfolyamat egy aspektusának tekinti, hanem a veszteség megéléséhez tartozó természetes élményként beszél róla. E tapasztalat részeként sokszor megjelenik némi tagadás vagy elutasítás a valósággal szemben, a vigasztalhatatlanságra adott reakcióként. Emlékszem egy férfira, aki friss apaként, miután részt vett a szülésben, hazament lezuhanyozni, összeszedte a szükséges holmikat a feleségének, majd elkezdett azon gondolkodni, hogy kiket hívjon fel, hogy megszületett a gyermekük. Nagy megdöbbenésére az első gondolata az volt, hogy legelőször az apját hívja – de az apja régen meghalt, amikor ő négyéves volt. Elgyászolta már az apját, de az örömhír megosztása olyan vágy volt, melyhez nem volt elegendő a belső reprezentáció. Ugyanígy, általános és természetes tapasztalat, hogy szeretteink elvesztésének évfordulóinak környékén szomorúak vagyunk, vagy hogy egy-egy aktuális veszteség idején újraélednek korai fájdalmas tapasztalataink. Ezek az érzések torzítatlan maradványai annak a veszteségnek, melyet a „csak kissé és késve” élményével írhatunk körül. Mint ahogy sohasem tudjuk tökéletesen feloldani a fejlődési szakaszok mögött rejlő veszteségeket sem, ugyanígy feloldhatatlan a szeretett személyeink elvesztése is. Az éppen aktuális veszteség előhívhat korábbi fejlődési veszteségeket és válaszul kifejlesztett védekezési mechanizmusokat is. Edward Glover egyszer azt írta, hogy stressz hatására abba a fejlődési szakaszba regrediálunk, amelyben kisgyerekként hasonló konfliktust éltünk át – hogy a korábban már bevált megküzdési mechanizmusokat aktiváljuk. Az „átmeneti gyermekkori kormányzás” segítségével küzdöttük át magunkat gyerekkori kríziseinken (Glover, 1939, 123.). Beatrice tehát az anyjával való azonosulás segítségével megpróbálta letagadni a halál okozta szeparációt.

A következőkben két röviden bemutatott esettel illusztrálom a vigasztalhatatlan gyász (és lehetséges megoldási módjainak) megélését – a két eset együttesen egy spektrumon helyezkedik el, melynek egyik végpontja egyszerű átmeneti jelenség, a másik pedig komolyabb zavart mutat.

Első (nagyon rövid) példában az illető elfogadta a veszteség tényét, és nap mint nap együtt élt vele, de a vigasztalhatatlanság érzése miatt magát a valóságot utasította el. Kisfiúként egy özvegyasszony mellett laktunk. Az asszony és a férje, Cecil nagyon

szoros kapcsolatban voltak, így az özvegynek nehéz volt alkalmazkodnia a veszteséghez. A mindennapokban, a közösségben elfogadta a férje halálának tényét, és eszerint viselkedett, de fenntartott magának egy kicsike valótlan „területet”, az illúzió valamiféle zárványát. Időnként meghívta teázni a szomszédait, és ilyenkor mindig hagyott egy üres széket Cecilnek, és töltött neki egy csésze teát. A vendégek mindig tiszteletben tartották ezt az illúziót. A beszélgetésbe nem vonták be a halott férjet, de valamilyen pszichés realitásként mégiscsak jelen volt ezeken az eseményeken. Úgy vélem, ez a gesztus ahhoz a jelenséghez hasonlít, amikor a gyászolók elveszített szerettük egy ruhadarabját hordják akár évekkel a haláleset után is – miközben a halál tényét természetesen elfogadták. Tehát valamilyen formában nemcsak az elveszített szerettünk illatával akarjuk körbevenni magunkat, hanem az *átmeneti* azonosulással vigasztalódunk is. Lehetne ezt a valóság pszichotikus szintű tagadásának is nevezni, én azonban inkább a játék fantáziavilágában értelmezném ezt a jelenséget. Freud „hallucinatorikus vágypszichózisnak” nevezte ezt a jelenséget, és az álmodással vonta párhuzamba (Freud, 1917/1997, 132.). Volt szomszédunk a mindennapi életében tisztában volt vele, hogy a férje meghalt, de az álomszerű fantáziajáték birodalmában lehetősége volt úgy tenni – eljátszani –, mintha ott lenne, komolyan azt játszani, hogy ott *van*. Éppen úgy, mint amikor például valakinek (szerettünknek, akit elvesztettünk) a ruháját hordjuk: átélhetjük, hogy olyanok vagyunk, mint ő, vagy éppen mi magunk vagyunk ő – miközben tisztában vagyunk a valósággal is. Ez a játék egy olyan pszichikus térben jön létre, amely egyszerre szubjektív és objektív is, azaz, természetesen, egy harmadik felületen.

Évekkel Sophie halála után Freud egy páciensének, Hilda Doolittle-nek megmutatta a „pici medalliont, amit mindig az óraláncára erősítve hordott, és azt mondta: »Itt van velem« (Sophie)”.⁶ A zsebórárt és a medalliont együtt szemlélve nyilvánvaló a vigasztalhatatlan gyász súlya: az idő halad, és az élet véges, de megvigasztalhatjuk magunkat azzal az illúzióval, hogy az elvesztett személy mindig jelen van – mintha megállíthatnánk az időt.

Második példában, ahogy említettem, a spektrum másik oldalát szeretném bemutatni, egy páciensem kilenc évvel ezelőtti történetét. A helyi pszichoterápiás szolgáltatótól egy kolléga küldte őt hozzám, a felesége halála okozta elhúzódó gyász miatt. Hamar kiderült, hogy egészen sajátos nárcisztikus visszahúzódás állapotában él, melyet megosztott a feleségével már a halála előtt. Thomas a negyvenes éveinek végén járt, egyetlen gyermeke volt egy általa kisszerűnek leírt anyának és egy korábban tengerész, majd iskolai gondnok apának. Mindketten meghaltak már, és Thomas gyerekkorában az iskola területén laktak egy szolgálati lakásban, sem barátai, sem rokoniak nem voltak. Thomas apja durva és erőszakos volt, különösen a fiával szemben. Thomas magányosan nőtt fel, és mivel rettegett attól, hogy olyan veszélyes lesz, mint az apja, mintegy a reakcióképzés következményeként, buddhistának és pacifistának vallotta magát. Apja agressziójával szembeni ellenállása miatt nem volt esélye megismerni saját agressziójának erejét. Ez a karakter a háttérben csendes kapcsolatban állt egy idealizált elsődleges tárggyal, melyet Thomas teljesen

⁶ H. D. (Hilda Doolittle) és Freud kapcsolatáról lásd:

[http://imago.mtapi.hu/a_folyoirat/e_szovegek/pdf/\(17\)2006_1/063-74_H-D_\(Hilda-Doolittle\).pdf](http://imago.mtapi.hu/a_folyoirat/e_szovegek/pdf/(17)2006_1/063-74_H-D_(Hilda-Doolittle).pdf)

[http://imago.mtapi.hu/a_folyoirat/e_szovegek/pdf/\(17\)2006_1/075-100_S-Stanford-Friedman.pdf](http://imago.mtapi.hu/a_folyoirat/e_szovegek/pdf/(17)2006_1/075-100_S-Stanford-Friedman.pdf) (a ford.).

kisajátíthatott magának, anélkül, hogy az apját versenytársnak tekintse. Teljesen képtelen volt elgyászolni az apja halálát. Ehelyett tudattalan félelmek gyötörték attól, hogy a halott apja erőszakos gyűlölete különböző formákban visszatér hozzá – ami természetesen projekció volt. Mindez igen hasonló ahhoz, amit Freud ír a *Totem és tabu*ban:

„Az ellenséges indulat, melyről mit sem akarunk tudni, és ezután sem akarunk tudni, a belső észrevevésből a külvilágba dobódik, ezenfelül saját személyünkről leválasztva egy másikra tolódik át. Nem mi, az életben maradottak örülünk, hogy az elhaltól megszabadultunk; nem, mi gyászoljuk őt, ő azonban most sajátságos módon gonosz démonná lett, kinek a mi szerencsétlenségünk kielégülést okozna, s aki arra törekszik, hogy halálunkat idézze elő. Az életben maradottaknak mármost védekezniük kell a gonosz ellenség ellen; a belső nyomás alól felszabadultak, de csak kívülről jövő szorongattatással cserélték fel.” (Freud, 1913/2011, 67-68.)⁷

Thomas nem sokkal korábban, negyvenes éveinek közepén találkozott a feleségével, aki valamivel fiatalabb volt nála. Egyiküknek sem volt korábban partnere. Thomas tanárként dolgozott, a felesége pedig magánvállalkozóként. A várostól távolabb vásároltak egy kis birtokot, a saját édenkertjüket, ahol a feleség lovakat tartott, Thomas pedig a műhelyében és a műtermében dolgozott. Tanári állását feladta, így teljesen elzáródott a külvilágtól. Életének erre a szakaszára idilliként tekint: minden, ami rossz, a külvilág része, itt a zárt, utópisztikus rendszerükben minden tökéletes. A visszavonulás helye volt az otthonuk, téren és időn kívül, valamiféle paradicsomi állapot – éppen úgy, mint ahogy ő annak idején az elsődleges tárgyával a fantáziájában ezt létrehozta. Csak akkor hagyták el az otthonukat, amikor feltétlenül szükséges volt. Kapcsolatuk a tudati szinten konfliktus- (és szex-) mentes volt, minden tudattalan zavar a külvilág felé értelmeződött. Thomas minden egyes nap ellenőrizte a kerítést, nehogy valami átszökjön valamelyik irányba, legyen az állat vagy növény. Ha bármit talált a kerítés közelében, azt megsemmisítette. Aztán egy napon a feleségét egy nagyon agresszív rákkal diagnosztizálták, és a diagnózistól számítva három hónapon belül meg is halt. Az otthonuk egyensúlya összeomlott – Thomas ottmaradt ugyan, de rettegése az ártalmas behatolásoktól (saját projektált erőszakos agressziója) tovább fokozódott. Az a gondolat kínozza, hogy a felesége bizonyára összejátszott az ő démoni apjával, és azért lett rákos, hogy lerombolja az ő (nárcisztikus) tökéletes világukat. Mindentől meg kellett szabadulni, ami az egyensúly felbomlásával fenyegetett, legyen az külső vagy belső fenyegetés. Attól félt, hogy ő maga ölte meg a feleségét azzal, hogy az ő apja szállta meg a nőt. A halál elviselhetetlensége elől pszichotikus visszavonulásba menekült; minden, ami a halállal kapcsolatos: a halandóság, az idő kérlelhetetlen múlása, kerülendő lett. A kolléga szinte semmit nem tudott ezekről a dolgokról. Nagyon nehéz volt együtt dolgozni vele, hiszen maga a munka fenyegette a törékeny egyensúlyt – gyakran előfordult nála pszichotikus összeomlás is, amelyet azonnal kezelni kellett, az agressziója szélsőséges felerősödése miatt. Egy pszichiáter kollégával együttműködve tartottuk a terápiában.

A kezelés során később aztán előkerült gyászolásra való képtelensége, vigasztalhatatlansága, és a vigasztalhatatlanság elleni védekezései is. Például hitt

⁷ A 2011-es kiadásban Ferenczi Sándor 1918-ban írt előszavával (*a ford.*).

abban, hogy a lovak az ő feleségét jelenítik meg: velük aludt az istállóban, a testük melege a felesége testmelege, az illatuk az ő illata volt. Előfordult, hogy megette a székletüket. Ahogy Karl Abraham feltételezte: „a gyász archaikus rítusai feltételezhetően magukba foglalták a halott ember elfogyasztását is” (Abraham, 1926, 444.). Thomas párhuzamot vont a felesége, saját maga és a lovak között, a kannibalizmus, koprofágia és autofágia egy nagyon szomorú és nyugtalanító nárcisztikus énvésztes állapotában egyesült. Nem vesztette el a feleségét, hiszen ő maga volt a felesége, és a lovak is ő volt, mindannyian egyek és együtt voltak. De ez igen kényes egyensúly volt. Amikor az egyik ló elszabadult a kifutóban, Thomas meg volt győződve róla, hogy gonosz démonok szállták meg – veszélyben érezte az egységet, ezért lelőtte a lovat –, mint ahogy az is a félelme volt, hogy ő pusztította el a feleségét. Az érzelmek és az ellenségesség folyamatosan kavargtak az elméjében. Éppen úgy – vagy még kaotikusabban – működött, mint ahogy azt Abraham írja a gyászoló ember érzésvilágáról: belül megölte a felesége iránt érzett szeretetét, és magát a feleségét is, azután kivetette magából, a halott testét „azonosította az ürülékével”, így „az ürülék-evés iránti vágya kannibalisztikus is egyben, a megölt szeretet-tárgy elpusztítására irányul” (Abraham, 1926, 444.). Thomas esetében is igaz a „csak kissé és késve” élménye: nemcsak túl korán vesztette el a feleségét, de nem volt idő arra sem, hogy teljes személyként igazán megismerje őt. Ha Abraham és Török (1994)⁸ munkájából indulunk ki, elmondhatjuk, Thomas számára a felesége halála az elsődleges tárgy fejlődési veszteségével kapcsolatos sérüléseit idézte fel. Elképzelhetőnek tartom, hogy Thomas anyja csak úgy tudott megszabadulni férje erőszakosságától, hogy távol maradt a családtól – ez pedig Thomas számára hiányként jelent meg, túlságosan hosszú egyedüllétként ahhoz, hogy elviselhető legyen vigasztalás nélkül. Felesége elvesztése archaikus működésmódba kapcsolta őt, mely alapvetően az orális szakaszból eredt, és egybevágott házassága elveszett paradicsomával – ez az állapot megvédte őt attól a félelemtől, hogy a felesége elvesztése egyenlő önmaga elvesztésével. Érdekes itt felidézni Winnicott híres megjegyzését: nincs olyan, hogy kisbaba, csak kisbaba-anya egység van. Thomast egyszerre hagyták el kisgyerekként és férfiként, és ez rettegéssel töltötte el a saját létezését illetően is. Az inkorporáció (bekebelezés) volt a módszere (évnédő mechanizmusa) arra, hogy fenntartsa a nárcisztikus buborékját, és életben maradjon. Elgondolkodhatunk azon a felvetésen is, hogy vajon Thomas felesége halálára adott válasza inkább melankólia-e, vagy csak gyász: véleményem szerint, ha valaki azonosul az elvesztett szerettével, az nem lehet kizárólag a melankólia jellemzője. Lehet a gyász folyamatának része, és itt újra visszatérhetünk a vigasztalhatatlanságra adott reakcióhoz. A különbség abban rejlik, hogy az inkorporáció mechanizmusa dominál-e, vagy inkább csak utat nyit az azonosulás felé (legalább részben), mely esetben az

⁸ Részletek magyarul:

[http://imago.mtapi.hu/a_folyoirat/e_szovegek/pdf/\(09\)1998_2-3/123-156-Abraham-Torok-Rand_Burok_es_a_mag_reszletek.pdf](http://imago.mtapi.hu/a_folyoirat/e_szovegek/pdf/(09)1998_2-3/123-156-Abraham-Torok-Rand_Burok_es_a_mag_reszletek.pdf)

Beszélgetés Török Máriával és Rand Miklóssal:

[http://imago.mtapi.hu/a_folyoirat/e_szovegek/pdf/\(09\)1998_2-3/109-122-magyar-psza-Parizsban-III_Torok-Rand_interju.pdf](http://imago.mtapi.hu/a_folyoirat/e_szovegek/pdf/(09)1998_2-3/109-122-magyar-psza-Parizsban-III_Torok-Rand_interju.pdf)

valamint

http://imagobudapest.hu/images/lapszamok/2017_3_Fantom_es_Kripta_szam/IB_2017_3_Fantom_es_Kripta_szam_180_oldal.pdf

elvesztett szerettünk belső reprezentációjának megalkotásával elismerjük azt a tényt is, hogy a gyászoló különálló, saját jogán létező személy.

Jelen tanulmányban nem fejttem ki bővebben Thomassal folytatott közös munkánkat: összefoglalásképpen megállapíthatjuk, hogy esete szélsőséges példaként szolgál a gyász feldolgozására való képtelenségre. Agressziója és szeretete nem volt összeegyeztethető, és radikális vigasztalhatatlansága ennek megfelelően szélsőséges védekezési mechanizmusok bevetésével járt. S bár az ő nehézségei súlyosan nárcisztikusak voltak, többé-kevésbé mindannyian osztozunk a vigasztalhatatlanság élményében.

„Nem tudtam mindent, amit tudni akartam róla”

A fejezet címében olvasható szavak Beatrice szavai: anyja elgyászolásának nehézségeit ecsetelte velük. Korábban idéztem már tőle („Tudja, olyan nehéz volt elengedni az anyámat, de azt hiszem, most már kimondhatom a tényt: mindegy, milyen sokáig élt, akkor is azt fogom érezni, hogy nem volt elég a vele töltött idő...”), e szöveg tehát így folytatódott: „Nem tudtam, hogy semmi mást nem akarok, csak hogy tudjam, mi van vele”. Beatrice észrevette már, hogy „bárcsak” fantáziái beteljesületlenségre vannak kárhozthatva. A tanulmány további részében arról gondolkodom, hogy életünk során összegyűjtött veszteség-élményeink mögött – legyenek bár fejlődési sérelmek vagy szeretteink halála okozta veszteségek – lehet-e a gyásznak még egy kevésbé nyilvánvaló aspektusa. Talán kijelenthetjük, hogy végső soron mindannyian megismerhetetlenek vagyunk egymás számára – a halál pedig egészen közel hozza ezt a tapasztalatot hozzánk. Hiába ismerünk valakit hosszú ideje, akár egy életen át, akkor is érezhetjük úgy, hogy nem tudunk róla mindent, hogy több időre lett volna szükségünk megismerni őt – és „még ha” (Beatrice szavaival élve) tovább élne is, akkor sem lehetünk biztosak benne, hogy jobban megismerjük. Nem csak arra gondolok, hogy mit gondolt, vagy mit tett volna az illető, vagy hogy milyen irányba fejlődött volna a kapcsolatunk – bár ezek is a veszteségeink részei. Úgy vélem, mindannyiunkban van egy végső, megismerhetetlen lényeg (mag), és ha ezzel az enigmával találkozunk – például a veszteség kapcsán –, az előidézheti a „csak kissé és késve” élményét. Bármennyire is igyekszünk bepillantani a mélybe, egy bizonyos szinten túl nem lehetséges. Ezen a ponton érdemes felidéznünk két szerző két különböző megközelítésmódját: Laplanche és Winnicott gondolatait.

Laplanche a gyászmunkát Pénélope (Odüsszeusz felesége) történetéhez kapcsolja, kiemelve és elemezve Pénélope kérióivel szembeni stratégiáit, míg Odüsszeuszt várja haza. Nappal szemfedőt sző idősödő apjának, Laertésznek, és azt mondja a kérióknak, hogy akkor megy férjhez, ha elkészült a munkával – éjszaka pedig szétbontja (Laplanche fordításában „analizálja”) a munkát. Pénélope munkája – a szövés és a lebontás váltakozása – magát az analitikus munkát jelképezi. Laplanche így ír erről:

„A manifeszt történet szerint a hűséges és bölcs feleség megpróbál megszabadulni a hivatlan kérióktól, és pusztán azzal a céllal sző, hogy aztán majd lebonthassa – vagyis hogy időt nyerjen Odüsszeusz hazatéréséig. De épp ilyen valószínű egy

másik, teljesen ellentétes ok: csak azért bontja le újra és újra az anyagot, hogy szöhhessen, hogy új mintázatot hozhasson létre. Pénélope sohasem vágja el a fonalat, a freudi gyászfogalomnak megfelelően, hanem türelmesen bontogatja, hogy újabb és újabb mintázatokot alakíthasson ki belőle. Ez a tevékenység ráadásul éjszakai, messze a tudatosság fényétől, melyről Freud is azt mondja, hogy a fényben a fonal egyesével lefejtethető.” (Laplanche, 1999, 252.)

A halottak hátrahagyott üzenetének fordítása és újrafordítása történik újra és újra, az utólagosság (*après coup*) előnyével: egy olyan üzeneté, melyet nem lehet biztonsággal pontosan lefordítani. Laplanche számára a gyász kiismerhetetlen. A gyászmunka a halott másik enigmatikus, kiismerhetetlen üzenetéhez kapcsolódik. A halott már nincs ott, de az üzenete megmarad.

„A gyászoló sohasem értheti meg teljesen ezt az üzenetet, sohasem hallgathatja meg elégszer. A gyász során szinte mindig feltesszük a kérdést: Mit mondana ő most? Mit mondott volna? Szinte sohasem kerülhetjük el a megbánást és a lelkipurdalást, hogy nem beszéltünk eleget a másikkal, hogy nem figyeltünk oda, mit is akart mondani.” (Laplanche, 1999, 254.)

A halottak üzenetét csak részben lehet lefordítani, hiszen az enigmatikus, megismerhetetlen részt maga az elvesztett személy fordította tudattalanul. Laplanche megfogalmazásában új értelmet nyernek a feltett kérdések. Csábításról és fordításról alkotott elmélete nyomán egy finoman árnyalt, nagyon is emberi érzés bontakozik ki: a gyász nem lezáródó, lezárható, hanem inkább nyitott, minduntalan alakuló folyamat. Ez a megállapítás természetesen a „másik mássága” gondolatmenetéből táplálkozik:

„Aztán a megismerhetetlenség (enigma) a másik másságához vezet vissza, ez pedig a tudattalanra adott válasz – vagy úgy is mondhatjuk, a bennünk élő másságra [...], a tudattalan semmiképp sem tekinthető létünk lényegének [...] a »benső még mélyebb bensője« értelmében. A benső lényegemtől távol, inkább a másik idegensége költözött belém, a másik megemésztett terméke bennem: egy belső idegen test.” (Laplanche, 1999, 254-255.)

A „belső idegen test” fogalma inkább kapcsolódik a freudi melankóliához, mint a gyászhoz, de éppen úgy, ahogy Freud szerint a gyászra is vonatkozik az elvesztett tárgy belsővé tételének folyamata, ugyanígy Laplanche is kiterjeszti a gyászra az introjektált enigmatikus másik fogalmát. Bizonyos értelemben ez is rendezőelv. A szálak összeszövésének és lebontásának ismétlődése a természetes gyászfolyamat hullámzásának szimbóluma.

Így közelíti meg tehát Laplanche a végső megismerhetetlent a másikban és önmagunkban. Winnicott más irányból magyarázza létezésünk lényegét: nem számunkra ismeretlen a belső lényeg, hanem mások számára. Ez a szelf független „*incommunicado*” [kommunikál(hat)atlan] aspektusa. Winnicott szerint „a szelf központi része sohasem kommunikál, még a valóságelvnek is ellenáll, mindig csendes – maga az élet”. (Winnicott, 2016, 445.)

Azzal nagyon is egyetérthetünk, hogy legbelső lényegünket senkivel nem tudjuk megosztani, és senki sem tudja önmagunk helyett megérteni, felismerni benső lényegünket – miközben természetesen lehetnek empatikusak, érthetik, ismerhetik

érzéseinket és gondolatainkat. Az átmeneti azonosulás segítségével mind tudatos, mind tudattalan érzéseket és gondolatokat érzékelhetnek mások belőlünk. Ebben az értelemben a másik sohasem ismerhet meg engem teljes mértékben. De az a gondolat, hogy végső soron, mélyen legbelül magányosak vagyunk, ennél sokkal radikálisabb. Winnicott úgy véli, „e középponti szelf magányossága az egészség kritériuma” (Winnicott, 2016, 149.). A másokkal való együttélés során elkerülhetetlenül veszünk fel különböző szerepeket: férj, apa, pszichoanalitikus, professzor, csoportvezető, óraadó és így tovább. Bizonyos szerepekben otthon érzem magam, másokban kevésbé; érezhetem úgy, hogy túlságosan meghatároznak a szerepeim, vagy hogy mások csak a szerepet látják bennem. Ha ilyesfajta veszélyben érzem magam, érdemes visszavonulnom önmagamba, ahol megpihenhetek anélkül, hogy reagálnom kellene bármire a külvilágból, „*incommunicado*” maradhatok. „Communicating and Not Communicating Leading to a Study of Certain Opposites” című előadása alatt Winnicott bizonyára meglepte közönségét, amikor ezt állította:

„Miközben ezen előadás anyagán dolgoztam, teljes meglepetésemre, úgymond előre meg nem határozott gondolatmenetből kiindulva, hamar arra a következtetésre jutottam, hogy jogom van nem kommunikálni. Legbensőbb lényegemből érkezett ez a tiltakozás, válaszul arra a félelmetes fantáziára, hogy végtelenül kizsigerelnek. Más nyelveken ez a fantázia egyenlő a felfalatással vagy lenyeletéssel. Jelen előadás nyelvezetével szólva ez bizony a *megtaláltatás fantáziája*.” (Winnicott, 2016, 433.)

Nem szükséges sem Winnicott, sem Laplanche munkásságában elmélyednünk ahhoz, hogy lássuk, hogyan vélekedtek (mindketten a maguk egyedi megközelítésében) az itt bemutatott témáról: hogy önmagunk és mások számára végső soron megismerhetetlenek vagyunk. Éppen így érvelt Freud is a maga kopernikuszi fordulatóval, amikor a személyiség középpontjának a tudatos én helyett a mérhetetlen mélységű tudattalant tette meg (Freud, 1900/1986). Winnicott gondolatának, mely szerint „minden egyén elszigetelt, nem kommunikáló, ismeretlen, végső soron megtalálatlan” (Winnicott, 2016, 440), Laplanche rejtélyes üzenetéhez hasonlóan mély hatásai vannak kapcsolatainkra és a gyászra. Winnicott sokat foglalkozik a valódi és a hamis szelf viszonyával, illetve e megkülönböztetés következményeivel. A valódi szelf a szavakon túli világban létezik; csendes, szubjektív elevenség: lényegét csak megtapasztalni lehet, de Winnicott azt is felismerte, hogy némi vigaszra van szükségünk az „[elszigeteltség] kemény tényének elviseléséhez”. „Ezt a tényt lágyítja a megosztás, amely a kulturális tapasztalatok teljes köréhez tartozik.” (Winnicott, 2016, 441.) Kicsi én-szigetek⁹ maradunk, még ha a tenger enyhíti is magányunkat azzal, hogy összekapcsolja szigeteinket.

Úgy vélem, az autentikus élet forrása e központi szelf életteliségén múlik: a világ teremtésével és újrateremtésével hozzuk létre személyes jelentésünket (Robinson, 2018). Ez a vitalitás pedig, ahogy Daniel Stern is hangsúlyozta, dinamikus (Stern, 2010).

Egészségben a létünk sohasem statikus: mindig a létrejövés folyamatában vagyunk, Merleau-Ponty szavaival „örök kezdőként” (Merleau-Ponty, 1945, ix); és ez

⁹ Lefordíthatatlan szójáték: az angol *island* (sziget) szó kiejtése azonos az I-land (én-föld) szóéval (*a ford.*).

arra is vonatkozik, hogy sohasem ismerhetjük meg magunkat és egymást teljesen, akármennyire intim viszonyba is kerülünk egymással. Kiismerhetetlenek vagyunk egymás számára, és amikor a hiányzó szeretet-tárggyal és az azonosulással kapcsolatos veszteséggel van dolgunk, a belsővé tétel (internalizáció) valahogyan mindig hiányos – akár kapcsolatként, akár személyként (akár mindkét szempontból) tekintünk a belsővé tett tárgyra. Annak ellenére, hogy mindannyiunkban ott lakozik a vitális központi mag-szelf, és mindannyian sajátos módon megéljük önmagunkat, végső soron mégiscsak megismerhetetlenek vagyunk önmagunk és mások számára. A delfi Apollón templom homlokzatán olvasható jól ismert életbölcesség: γῶθι σεαυτόν – ismerd meg önmagad – sohasem teljesíthető.

A holtak örökségeként hátrahagyott enigmatikus üzenetek állandó utólagos (*après-coup*) fordítása és újrafordítása (Laplanche kifejezésével), az önmagunk és a másik megismerhetetlenségével való szembesülés – mindez szükséges a gyászfolyamat megértéséhez. Úgy gondolom, a gyász megéléséhez hozzátartozik annak az elkerülhetetlen ténynek az elfogadása, hogy sohasem fogjuk sem magunkat, sem az elvesztett szeretteinket teljesen és egészében megismerni – és ők sem minket, akármilyen hosszú ideig élünk is.

Végül egy újabb rétegre szeretnék emlékeztetni, Dryden már idézett versének utolsó soraival:

„Még egyszer, üdv, ifjú, isten veled;
Nyelvünk Marcellusa, ah, vége lett!
Bár homlokod övezi a babér:
Végleg bekerített sorsod s a rideg éj.”

(Dryden, 1683/1986, 612. Ferencz Győző fordítása)

Ezek a sorok nem nyújtanak vigaszt. Mint minden elégia, ez is az ember – önmagunk és mások – múlandóságával szembesít minket. Általában a mások halálával szembesülünk előbb, és a magunkéval csak később. Vagy Laplanche szavaival: „a halál kiismerhetetlenségével mindig mások szembesítenek minket” (Laplanche, 2001, 93.). Annak ellenére, hogy „tudattalanjában mindenki meg van győződve tulajdon halhatatlanságáról” (Freud, 1915/1995, 175.), szembesülnünk kell a halál könyörtelen végességével. Így aztán a halál egy újabb megismerhetetlen tulajdonságával kell szembesülnünk, hiszen ahogy Freud írja: „saját halálunk is elképzelhetetlen, és valahányszor megkíséreljük elképzelni, észrevehetjük, valójában csak nézőként veszünk részt benne”. (Freud, 1915/1995, 175.)

A gyász tehát többrétegű:

- elvesztett szeretteinket hasonló módon (izomorfikusan) gyászoljuk, mint ahogyan a korai fejlődési veszteségeinket megéltük;
- gyászoljuk a mindig vágyott vigasz elvesztését is: a gyász a vigasztalhatatlanság folyamata is egyben;
- gyászoljuk a másik és önmagunk megismerhetőségének lehetőségét;
- a másik halálának megtapasztalásával a saját halálunkkal is szembesülünk.

T. S. Eliot egy esszejéből vett idézettel kezdtem tanulmányomat, most pedig egy drámájából vett részlettel zárom. Olvassuk a szöveget minden kontextus nélkül – mindössze annyi megjegyzést fűzök hozzá, hogy egy ismeretlen vendég szavai ezek, akiről később kiderül, hogy pszichológus:

„De hiszen egymással kapcsolatban naponta meghalunk.
Amit másokról tudunk,
Csak emléke a pillanatoknak,
Amikor ismertük őket. És megváltoztak azóta.
Az a feltevés, hogy ők is, mi is ugyanazok maradtunk,
Hasznos és kényelmes társadalmi konvenció,
De néha föl kell borítani. Azt sem szabad elfelejtenünk,
Hogy minden találkozáskor egy idegennel találkozunk.”

(Eliot, 1949/1986, 308. Vas István fordítása)

Bepillantunk a mélybe, de a mélység végső soron áthatolhatatlan.

Székely Zsófia fordítása

Felhasznált irodalom

- Abraham, K.** (1926). A Short Study of the Development of the Libido, View in the Light of Mental Disorders. In: Abraham, K.: *Selected Papers*. London: Hogarth Press.
- Abraham, N. – Torok, M.** (1994). *The Shell and the Kernel*. Chicago: University of Chicago Press.
- Bálint M.** (1968/2012). *Az őstörés. A regresszió terápiás vonatkozásai*. Ford. Boross Ottilia. Budapest: Animula.
- Blos, P.** (1967). The Second Individuation Process of Adolescence. *The Psychoanalytic Study of the Child*, 22: 162–186.
- Doolittle, H.** (1997). *A Tribute to Freud*. Manchester: Carcanet Press.
- Dryden, J.** (1683/1986). Mr. Oldham emlékezetére. Ford. Ferencz Győző. In: Várady Szabolcs (szerk.), *Klasszikus angol költők a középkortól a XX. századig I.* (595–614). Budapest: Európa. Lásd még:
https://www.babelmatrix.org/works/en/Dryden%2C_John-1631/To_the_Memory_of_Mr._Oldham/hu
- Eliot, T. S.** (1949). Kóktél hatkor. Ford. Vas István. In: uő, *Versek – drámák. Macskák könyve* (261–390). Budapest: Európa, 1986.
- Eliot, T. S.** (1933). Conclusions. In: *The Use of Poetry and the Use of Criticism*. London: Faber and Faber, 1964.
- Freud, S.** (1900). *Álomfejtés*. Ford. Hollós István. Budapest: Helikon, 1986.

- Freud, S.** (1913). Totem és tabu. Ford. Pártos Zoltán. In: uő, *Tömegpszichológia. Társadalomlélektani írások (123–157)*. Budapest: Cserépfalvi, 1995. A fordításban hivatkozott kiadás: Budapest: Belső EGÉSZ-ség Kiadó, 2011.
- Freud, S.** (1915). Időszerű gondolatok háborúról és halálról. Ford. Szalai István. In: uő, *Tömegpszichológia. Társadalomlélektani írások (159–184)*. Budapest: Cserépfalvi, 1995.
- Freud, S.** (1916). A múlandóságról. Ford. Bókay Antal. In: uő, *Művészeti írások (201–205)*. Budapest: Filum, 2001.
- Freud, S.** (1917). Gyász és melankólia. Ford. Berényi Gábor. In: uő, *Ösztönök és ösztönsorsok. Metapszichológiai írások (129–143)*. Budapest: Filum, 1997.
- Freud, S.** (1923). *Az ősvalami és az én*. Ford. Hollós István és Dukes Géza. Budapest: Hatágú Síp Alapítvány 1991.
- Freud, S.** (1929). Letter from Freud to Ludwig Binswanger, April 11, 1929. In: Gerhard Fichtner (ed.), *The Sigmund Freud – Ludwig Binswanger Correspondence 1908-1938* (196). London: Open Gate Press, 2000.
- Glasser, M.** (1979). Some aspects of the role of aggression in perversions, In: I. Rosen (ed.), *Sexual Deviations* (278–305). Oxford: Oxford University Press.
- Jacobson, E.** (1971). *Depression. Comparative Studies of Normal, Neurotic, and Psychotic Conditions*. Madison: International Universities Press.
- Laplanche, J.** (1999). *Essays on Otherness*. London: Routledge.
- Laplanche, J.** (2001). An interview with Jean Laplanche by Cathy Caruth. <http://pmc.iath.virginia.edu/text-only/issue.101/11.2caruth.txt>
- Merleau-Ponty, M.** (1945). *Phenomenologie de la Perception*. Paris: Librairie Gallimard.
- Robinson, K.** (2018). Creativity in Everyday Life (or Living in the World Creatively). In: Angela Joyce (ed.), *Donald W. Winnicott and the History of the Present. Understanding the Man and his Work* (77–89). London: Routledge.
- Stern, D. N.** (2010). *Forms of Vitality. Exploring Dynamic Experience in Psychology, the Arts, Psychotherapy, and Development*. Oxford: Oxford University Press.
- Winnicott, D. W.** (1960). The Theory of the Parent-Infant Relationship. In: Lesley Caldwell, Helen Taylor Robinson (eds.), *The Collected Works of D. W. Winnicott, Volume. 6: 1960–1963* (141–158). Oxford: Oxford University Press, 2016.
- Winnicott, D. W.** (1963). Communicating and Not Communicating Leading to a Study of Certain Opposites. In: Lesley Caldwell, Helen Taylor Robinson (eds.), *The Collected Works of D. W. Winnicott, Volume. 6: 1960–1963* (433–446). Oxford: Oxford University Press, 2016.



Sarungi Emőke

Szétszakadva és összekapcsolódva: a gyász hatása kapcsolatainkra

A gyász élményének univerzalitása az egyéni gyász sokféleségével társulva különleges, megrendítő és sokszor paradox tapasztalat. Mindezek mellett a feldolgozatlan, reflektálatlan gyászfolyamat károsíthatja testi egészségünket, és szerteágazó folyamatot indít el intra- és interperszonálisan egyaránt. Az egyén számára egy újfajta világ teremődik, amikor elveszít egy számára jelentős, identitásának kialakulásában kiemelten szerepet játszó kapcsolatot haláleset vagy szakítás, válás következtében. De olyankor is átalakul az életünk, ha érzelmekkel, viselkedési, cselekvési rutinokkal átszőtt belső vagy külső tárgyhoz való kötődésünk szakad meg, legyen ez egy megszokott lakóhely, munka, belső ideáinkkal átszőtt fogalom vagy egy kapcsolatunkba vetett bizalom, amit elveszítünk.

Hogyan alakítunk ki önmagunkról és a világról új narratívát a gyászban, és ez hogyan hat a kapcsolatainkra? Sikerül-e az új narratívát harmonikusan összekapcsolni a meglévő, megmaradt és élő kapcsolatainkban? Milyen rejtett vagy nyilvánvaló kockázatot jelent a feldolgozatlan, elakadt gyász azokra a kapcsolatainkra nézve, amelyek éppen támaszt jelentenének életünknek egy megrendült periódusában?

A gyász kapcsán az elmúlt évtizedekben megjelent tengernyi írás témája és fókusza változó, sokszor nehezen követhető és nehezen összekapcsolható. A gyász folyamatának a társadalom rítusokkal erősen megtámogatott időszakában talán a kapcsolatokra, az egészségre és a lélekre gyakorolt hatása is követhetőbb volt, egyértelmű keretbe ágyazottan a szokások által. A gyász elválasztó és újraegyesítő rítusainak halványulása azonban bizonytalanságot hozhatott létre, amelyben nehéz megtalálni a gyászolónak is és a környezetnek is a megfelelő szavakat, gesztusokat, amelyek egymáshoz vezethetnek.

Az átmeneti rítusok¹ világában az elhunyt és a gyászoló egy külön átmeneti egységet alkot, amelyben az itt maradt közelebb van a holtak világához, mint az élőkéhez. A környezet ezt a szétválasztottságot, izolációt a rituális folyamat részeként

¹ Az átmeneti rítusok világában a gyász határhelyzetébe az elválasztó rítusokon keresztül lépett be az itt-maradott, a határhelyzeti rítusok bonyolult rendszere pedig a halottat segítette át a halottak világába, a gyászfeloldási rítusok pedig a gyászoló társadalomba való reintegrációjának támaszai voltak.

fogadja el, várva a gyászfeloldási szertartást, amelynek során a közösséghez, az élő kapcsolatokhoz való újracsatlakozás megtörténhet. Ebben a folyamatban, mint egyfajta beavatásban, a résztvevőnek és a környezetnek is kijelölt útja van, melynek lépőköveihez viszonyulhatnak, pontok, amelyekhez képest meghatározzák magukat (van Genneep, 2007).

De mi segíthet a rítusok tájékozódási pontjai nélkül a gyász sodró folyamatában? Hogyan találjuk meg az utat vissza egymáshoz hozzátartozóként és gyászolóként? Szétszakadunk-e lélekben mi magunk, és hogyan illesztjük össze kapcsolatainkat újjáalakuló identitásunk és a világhoz való újfajta viszonyunk mentén az elveszített másik nélkül?

A gyász korai elméletei és ezek kritikái

A pszichoanalitikus elméletek komoly szerepet játszottak a gyász teóriáinak kialakításában, és a kortárs pszichoanalitikus gondolkodásban megszülető új szemléletek is tükröződnek a későbbi modern gyászelméletekben. Freud klasszikus és elsőnek tekinthető *Gyász és melankólia* című írása (Freud, 1917) a kiindulópont; ennek kritikái a szociális kapcsolatrendszer kihagyó és tisztán intrapszichés modellből kiinduló megközelítésre irányulnak, amelyben a gyászfolyamat komplexitása egyáltalán nem tud megjelenni.

Freud esszéjének célja a melankólia vizsgálata a normál gyászfolyamaton keresztül – megfogalmazása rövid, tömör: „A gyász rendszerint valamely személy, vagy a helyébe lépő absztrakció – haza, szabadság, eszmény stb. – elvesztésére adott reakció.” (Freud, 1917/1997, 131.) Bár rögtön a tanulmány elején leszögez néhány örökérvényű megállapítást, úgymint a gyász normalitása és az arra hajlamosaknál pszichopatológiai állapotba való átfordulásának lehetősége, Erna Furman (1974) kritikájában hangsúlyozza, hogy Freud célja nem a melankólia pszichodinamikájának leírása volt csupán, hanem átfogó leírást akart adni a gyászról, amelyet alapvető igazságként a későbbi pszichoanalitikusok írások tovább is vittek. Hogyan is hangzik ez a kiemelt rész?

„Miben áll hát a gyászmunka? [...] a valóság próbája megmutatta, hogy a szeretett tárgy immár nem létezik, s azzal a követeléssel lép fel, hogy minden libidót visszavonjunk e tárgykapcsolattól. [...] Normális esetben a valóság tisztelete győzedelmeskedik. Ez azonban nem feltétlenül azonnal következik be.” (Freud, 1917/1997, 132.) Ezután kifejti az egyén valóságtól való elfordulásának és a libidó „eloldozásának” fokozatos folyamatát, amelynek végén az én újra szabad lesz.

Bár továbbra is a libidó tárgyról való visszavonását (decathexis) hangsúlyozó megközelítés marad kiemelt téma a tárggyal való azonosulás és folytonos kapcsolat fenntartásával szemben, Helene Deutsch rövid, de nagy hatást kiváltó tanulmányában új fókuszot jelöl ki. A *Gyász hiánya* (The Absence of Grief) című írásában az érzelmek kifejezésének hiányát jelöli meg a gyással kapcsolatos pszichopatológiai folyamatok indikátoraként. Kiemeli, hogy a kötődések feloldásának feltétele az érzelmek

kifejezése, amely a gyászmunka teljessé válásához is elengedhetetlen (Deutsch, 1937, idézi Hagman, 2001).

Lindemann (1944) volt, aki először leírta a normál gyász tünettanát, ahol a folyamat normalitását és torzult reakcióinak lehetőségét is megemlíti. Úttörőnek mondható abban a tekintetben, hogy munkatársaival 101 gyászolóval végeztek interjúsorozatot és ezekhez társuló testi vizsgálatokat; szisztematikus megfigyeléseik között szerepel néhány fontos gyászreakció mai napig érvényes leírása. Ilyenek a torokszorítás, a fáradékonyság, a fulladásérzés és az általános szomatikus distressz, amelyhez intenzív lelki fájdalom, ingerlékenység, a halottal való gyakori foglalkozás és a többi embertől való távolságkeresés társul. Lindemann szintén az elveszített másikkal való kötődés felbontásához társítja a sikeres gyászmunkát, ugyanakkor éppen Deutsch munkájára hivatkozva felhívja a figyelmet arra, hogy a nehéz érzések elkerülésére tett kísérletek megakaszthatják a folyamatot. Kiemelném még azt a néhány sort, amelyben a gyászolóra a társas környezet részeként tekint, amely jelen tanulmányom kibontakozó fókuszja is egyben: „Nem ritkán az elhunyt egy társas rendszer központi tagja volt, ezért halála után ez a rendszer széteshet, és ez alapvetően megváltoztathatja a gyászoló életét és társas kapcsolatait. Ilyen értelemben – a veszteséggel való megküzdés mellett – a visszailleszkedés is komoly feladatot jelent.” (Lindemann, 1944, 8.)

Mi lehetett az a paradigma, amelynek mentén az 1960-as években a pszichoanalitikusok a szakaszelméletek felé indultak el? Talán az a fajta szemlélet, amelyet Rickert általánosító megismerésnek hívott, szemben az egyedire irányuló, individualizáló megismeréssel (Rickert, 1922 in Fehér, 1989). Talán egy olyan törekvés, amely a témával foglalkozó szakembereket időnként magával ragadta: megpróbálni pontos keretekbe, megragadható egységekbe rendezni egy olyan lélektani folyamatot, amelynek egyedisége vitathatatlan. Nehezen vehetők sorra azok a tényezők, amelyek mentén ez az univerzális, mindannyiunk életében megjelenő élmény unikális lesz. Talán a legnyilvánvalóbb a *kapcsolat minősége*, ezen a ponton a korai gyászelméletek intrapszichés leírása a későbbi kötődéselméleti megközelítésekkel kapcsolódik össze. A szelfpszichológia felől közelítve ugyanakkor gyász nemcsak haláleseti veszteséget, hanem különféle tárgyvesztést is követ, amely lehet szakítás, válás vagy egy élő kapcsolat minőségének végleges, drasztikus átalakulása csalódás, bizalomvesztés mentén. Ezeknek a változásoknak az érzelmi hatása éppúgy függ a kapcsolat minőségétől, mint a haláleseti gyász esetében. További változók, amelyek hatással lehetnek a gyászreakcióra és a gyászmunkára:

„Életkori szempontok; a haláleset módja (váratlan vagy előre látható esetleg megelőzhető lett volna-e, erőszakos volt-e a halál, hosszú betegséget követett-e a haláleset); a gyászoló neme, a gyászoló személyiségvonásai; megelőző pszichés állapota vagy korábbi traumái; társuló krízisek; a gyászoló számára a környezete által nyújtott interperszonális támogatás elérhetősége; a gyászban a gyászolót körülvevő szakmai szereplők hatása és nem utolsósorban a kultúra, a vallás amelyben az egyén kialakította a halálhoz, gyászhoz való viszonyát, szokásait. Mindezen befolyásoló tényezők hatásaiból származó lehetséges egyéni variánsokat szinte lehetetlennek tűnik számba venni, bejósolni vagy egyértelműen kategorizálni.” (Sarungi és Varga, 2013, 196.)

Theresa Rando leírásában 43 pszichológiai, szociális és fizikai faktort említ, amelyek kombinációja az egyéni gyászélményt befolyásolja, és olyan egyedivé teszi, mint az ujjlenyomatunk (Rando, 2010).

A korai modellek főbb pontjai komoly befolyást gyakoroltak a pszichoanalízis gyász-elméleteire és más modern gyásszal kapcsolatos teóriákra egyaránt. Hagman (2011) néhány olyan szempontot emel ki, amelyeket mind az általános gyász-elméletek, mind a pszichoanalitikus megközelítés meghaladtak, teljesebbé téve a jelenség megközelítését:

1. *A gyász mint normál pszichológiai folyamat:* Freud érdeme volt, hogy a gyászt sajátos jellegzetességekkel és dinamikával járó normál lélektani folyamatként írta le, míg korábban mindennapos társadalmi és viselkedésbeli jelenségként szemléltek azt.

2. *A gyász szerepe a megőrzés, helyreállítás:* kevésbé az átalakítás, sokkal inkább a lélektani egyensúly helyreállítása van fókuszban a korai modellben.

3. *A gyászolás kevésbé szociális és kapcsolati folyamat, inkább privát tapasztalat:* Freud modellje szerint a zárt lélektani rendszerben lezajló változás a döntő, kihagyva ezzel a környező kapcsolatrendszer szerepét.

4. *A veszteséggel járó érzelmek kifejezésének elmaradása patológiás folyamathoz vezet:* a standard modell szerint a gyászolás folyamata nem tartalmaz kapcsolati vagy kommunikációs szempontokat, ugyanakkor már Helene Deutsch kifejtette, hogy az ehhez társuló érzelmek elfojtása kóros állapotokhoz vezet.

5. *A gyászolás leírható pontos jellegzetességein keresztül:* a freudi modell normalizáló megközelítése szinte szükségszerűen vezetett a szakasz-elméletekhez. Ez az irány ahelyett, hogy rugalmas keretként teret adott volna a különbözőségeknek, a gyakorlatban inkább a szakaszokon szigorú sorrendben való átjutásként jelenítette meg a sikeres gyászfeldolgozást. Kiemelendő, hogy az irányzat egyik fő képviselője, Elisabeth Kübler-Ross, aki haldoklókkal és halálos betegekkel készült interjúk alapján írta le először a fázisokat mint a halállal való szembesülés lélektani folyamatát, utolsó könyvében maga hívta fel a figyelmet ezek merev alkalmazásának veszélyeire:

„A szakaszokat [...] nagyon félreértették az elmúlt három évtizedben. Soha nem az volt a szándékunk a szakaszokkal, hogy a zavaros érzéseket rendezett csomagokba segítsünk elhelyezni. Ezek az érzések a veszteségre adott válaszok, amelyek sok embernél megjelennek, de nincsen tipikus válasz a veszteségre, mint ahogy nincsenek tipikus veszteségek sem. A gyászunk éppen annyira egyedi, mint az életünk. Az öt szakasz – tagadás, düh, alkudozás, bánat/lehangoltság és elfogadás – egy olyan keretrendszer részei, amelyek segítik azt a lelki folyamatot, amelyben megtanuljuk, hogy hogyan élhetünk tovább az elveszített másik nélkül. Eszközök, amelyek segítenek keretbe helyezni és azonosítani, mi is az, amit érezhetünk. De nem állomások valamiféle lineáris idővonalon a gyászban. Nem mindenki megy keresztül mindegyiken vagy ugyanabban a leírt sorrendben.” (Kessler és Kübler-Ross, 2005, 7., saját fordítás)

6. *A korai modellek szerint a fájdalom és a bánat a gyász fő érzelmei:* ugyanakkor a kortárs szerzők rámutattak, hogy a sokféle negatív érzés, a harag, ellenségesség, büntudat, megvetés mellett gyakran pozitív érzések is felbukkannak a folyamat során: az öröm, a büszkeség vagy a megkönnyebbülés (Bonnano és Papa, 2003). Ezek végül

egymásnak ellentmondó érzések összességét okozzák (James és Friedman, 2011), melyek átélése és kifejezése az egyén számára intraperszonálisan és interperszonálisan is megterhelő élmény lehet. A humor, az öröm az eredeti modell és akár a szakemberek vagy a társadalmi környezet szerint is gyakran problémásnak, akár kórosnak tekinthető.

7. *Az elválás (decathexis) játssza a legfőbb szerepet a klasszikus modellben:* ebben a felfogásban a folyamatosan fenntartott kötődést kórosnak tartották, az elhunyttal folytatott belső párbeszédet pedig maladaptív feldolgozásnak.

A leválás fókuszától a folyamatosan fenntartott kötődésen át a self kreatív újraegyesítéséig

Tekintsük egy megismerési folyamat ívének a gyásszal kapcsolatos elméletek kirajzolódó tartalmait, a teljesség igénye nélkül! Az eleinte szinte hétköznapi és nagyrészt társadalmi, szociális jelenségnek tartott élményt Freud első elméletében a zárt lelki rendszer privát, új egyensúlyt teremtő folyamatoként írta le, hangsúlyozva a leválás jelentőségét. Helene Deutsch fogalmazta meg a gyásszal kapcsolatos érzelmek kifejezésének hangsúlyos szerepét, hatást gyakorolva Lindemann leírására is. Később a szakaszok leírása mentén Bowlby (1969) volt az, aki a kötődés elméletének megalkotása mellett empirikusan tanulmányozta azt is, hogy a kötődés minősége és a haláleset körülményei hogyan befolyásolják a veszteségre adott érzelmi reakciót. Emellett leírta a gyász munka általa meghatározott négy fázisát, és azt is, hogy a gyáson való sikeres túljutás a fázisokon való áthaladás során történhet meg. Parkes (1998 in Wright és Hogan, 2008) szintén egymást követő szakaszokként írta le a gyász folyamatát, viszont kiemelte a gyászoló egyedi élményét, melyet személyisége és a veszteség típusa is alakíthat.

Az új elméletekben egyre inkább fókuszba kerültek a társas kapcsolatok, nemcsak a kötődésen és az elengedésen keresztül; kutatások során úgy találták, hogy gyermekek és serdülők az elhunyt szülővel folyamatos érzelmi kapcsolat fenntartása mellett is fel tudták dolgozni a gyászt (Silverman, Nickman és Worden, 1992). Ezek az eredmények megerősítették, hogy tovább kell lépni azon az elképzelésen, hogy a gyászból való kijutás feltétele az érzelmi kapcsolat megszakítása.

A kötődéselméleti koncepció (Bowlby, 1969) már teljesen szembehelyezkedik a leválás orientációval és arra helyezi a hangsúlyt, hogy az elhunyttal fenntartott kapcsolat egy új, átalakuló és optimális viszonyra fejlődik. A Continuing Bonds (folyamatos kötődés) modellje teret nyújt annak, hogy az elveszített másikhoz a szeretetünkön kívül a gyászunkkal együtt is kapcsolódhassunk (Stroebe, Schut és Boerner, 2010).

A gyászolásra mint átalakító folyamatra is tekinthetünk, amely a gyászoló belső világában a szelfre és az elveszített belső tárgyra is hatással van. Ennek sokféle kifutása közül az egyik, hogy az énkép gyakran az elhunyttal való identifikációs folyamatokon keresztül változik meg, internalizált szuperegő részekkel és éniidealokkal való azonosulások mentén. A másik eredmény lehet, hogy a szeretett

másikhoz mint belső tárgyhoz való viszony is átalakul, átformálva az élő kapcsolatot egy folytonos belső viszonyra az elveszített másikkal (Baker, 2001).

A gyász hatása az élő kapcsolatokra

A veszteséget követően több szinten alakulhat ki olyan konfliktus a gyászolót körülvevő, potenciálisan társas támaszt nyújtó kapcsolatokban, amely váratlan és érthetetlen lehet mindkét félnek. Sokszor hirtelen krízist okozva, máskor elhúzódó és mély kapcsolati válság formájában szembesülhetünk azzal, hogy a gyász folyamata során nemcsak testi-lelki egészségünk, hanem kapcsolataink is törékennyé válhatnak.

A gyász egyediségének el nem ismerése vagy ismeretének hiánya sokszor kimondatlan elvárásokkal szembesíti a veszteségben élőket és a környezetet egyaránt, amely evidensen vezet csalódásokhoz. „Miért nem képes ő is kijönni a temetőbe minden nap velem? Talán nem is szerette úgy az anyját...?” – kérdezi egy apa lányától a közös fájdalomban felesége halála után. „Hogy lehet, hogy nem sírt a temetésen, és a halotti toron már nevetett, miközben élete legfontosabb kapcsolatát veszítette el?” – csodálkoznak rá egy özvegyen maradt feleségre. Kübler-Ross szavaival: „A gyászunk éppen annyira egyedi, mint az életünk”, amelyet az elhunytal való kapcsolatunk egyedisége, kötődésünk minősége, a személyiségünk és még számos tényező formál. A gyászoló megkönnyebbülése mély fájdalmat és döbbenetet válthat ki a másiktól, ugyanakkor ha a megkönnyebbülés szégyenteljes érzésként ki nem fejezhetővé, elrejtendővé válik, akkor ez a veszteséget átélő számára lélektani kockázatot jelenthet. Az érzelmek nyílt kommunikációja, a gyász egyediségének evidenciája és ennek kölcsönös elismerése segíthet abban, hogy ne váljon a különbözőség áthidalhatatlan távolsággá, idegenség érzéssé, hanem megmaradhasson a *kapcsolati menedék* (relational home). A fogalom Stolorowtól származik (2007, 2015), és arra a kapcsolatra utal, aminek elfogadásában és biztonságában a gyászoló vagy a traumatizált személy szabadon kifejezheti akár az önmaga számára is nehezen elfogadható érzéseit, élményeit – ez az, amire szüksége van.

Sokszor a gyászoló környezete is veszélyeztetett annál az egyszerű oknál fogva, hogy távolabbi hozzátartozóként, támaszt nyújtó szereplőként számára nem jut tér saját egyedi tapasztalatának kifejezésére. Kevésbé nyilvánvaló, hogy egy após vagy anyós halála után is mély fájdalmat, elszakítottságot lehet megélni. Még nehezebben kifejezhető, ha ilyenkor a felszabadultság, megkönnyebbülés a domináns érzés a gyász során, amit egy másik közvetlen hozzátartozó mély fájdalma akár elfogadhatatlanná tehet. A gyászoló pozitív érzései kiválthatják a támogató közeg értetlenségét, ami elszigetelődést, konfliktusokat eredményezhet. Ennek nyomán a gyászoló szégyent, fokozódó büntudatot és magára maradást élhet át. Miközben *az egyik fontos támpontunk a depresszió és a gyász differenciálásában éppen az, hogy a gyászoló képes az örömré, míg a depresszióban az örömré való képesség elvesztése lehet az egyik vezető tünet* (DSM-5, 2013).

A gyászmunkában az érzelmek kifejezését tartják kulcsfontosságúnak, mivel a gyászolónak szüksége van arra, hogy megoszthassa a veszteséghez vagy a halálesethez

kapcsolódó élményeit (Corr, Nabe és Corr, 1994, idézi Bonnano és Papa, 2003). A belső megéléshez kapcsolódó érzések kifejezése a gyász fájdalmas aspektusaival való megküzdés adaptív módja (Zisook és Shuchter, 1993, idézi Bonnano és Papa, 2003).

A gyászmunka során újjáalakuló narratívák önmagunkról, az elveszített másikhoz fűződő kapcsolatainkról és a világról olyan intenzív változásokat eredményezhetnek, amelynek során a szoros kapcsolatainkban addig felvállalt szerepeinket is átalakítjuk. Egy mély barátságban vállalt kölcsönösen gondoskodó attitűd például egy szülői veszteség után intenzív öngondoskodássá válhat, s az önmagunk szülőjévé válás nyomán távolodást, a kölcsönös „szülőség” rutinjának elvesztését okozhatja. Hasonlóan, az azonos nemű szülővel való belső viszonyunk átalakulása nyomán a társal való kapcsolatunkban vállalt szerepek, attitűdök megváltozása akár egy házassági krízis kiindulópontja is lehet.

Potenciális és egyre mélyülő kapcsolati válság oka lehet az is, amikor a gyászoló és/vagy a támaszt nyújtó szerepben lévő hozzátartozó korábbi feldolgozatlan veszteségélménye, traumája aktiválódik a közös gyászélmény kapcsán. Ilyenkor a szereplők a feléledő gyász és trauma élményvilágán keresztül tekintenek a társas helyzetre, abban önmagukra és a másokra, akár olyan módon, amelyben ezek az élmények nem is szétválaszthatók.

Időzített bombaként robbanhat kapcsolati válság egy olyan törékeny élethelyzetben, amelyben a gyászoló az elhunythoz, az elveszített másikhoz van közelebb, sokszor megoszthatatlanul bonyolult belső folyamatban. Egy ilyen válság lélektani terhe mellett nehezen nyújtható éppen az a támasz, amelyre szükség lenne, széttöredezik a *kapcsolati menedék*, amelyben megpihenhetne a gyászoló.

További nehézség lehet, ha a veszteséghez kötődő nevezetes dátumok vagy azt felidéző helyzetek kapcsán nagyon eltérő érzelmi állapotokba kerül a gyászoló és a környezete, nehezítve ezzel azt, amit a gyász-feloldási rítusok voltak hivatottak támogatni: a hétköznapiakba való visszatérést, a társas környezethez való újrakapcsolódást.

Stolorow első felesége, Dede traumatikus halála kapcsán megélt gyászáról írva megjeleníti azt a folyamatot, amelyben egyre szétszakadva egymástól, második feleségével való kapcsolatában megszülető távolságban visszatálnak egymáshoz:

„Bár Julia és a kapcsolatunk gyertyát gyújtott gyászom sötét világában, folyamatosan kapcsolódtam mélységes bánatom érzéseire, és mindig visszatértem a traumatikus élményekhez, ez utóbbit előidézte minden olyan esemény, amely által újraéltem Dede betegségének és halálának iszonyatát. Julia bátran próbált elérhető lenni számomra bánatom és traumatikus állapotaim során, de ez a fajta képessége felém fokozatosan erodálódott, mivel fokozódóan és fájdalmasan kirekesztve érezte magát Dedéhez fűződő folyamatos gyászom miatt. Végül azt mondta, hogy képtelen tovább hallgatni a gyászomat, erre válaszul úgy döntöttem, hogy megpróbálom a lehető legjobban magamban tartani azt. Rettenetes magányt éreztem, és az érzelmeim élettelisége zsugorodni kezdett bennem, amint a nem-kívánt és száműzött összetört szívemet mélyen elrejtettem.” (Stolorow, 2007, 24-25., saját fordítás)

Stolorow leírja, hogy a karácsonyok voltak a legnehezebbek, mert emlékeztették arra, hogy Dede tünete az utolsó karácsonykor fordultak rosszabbra. Így innentől a „boldog karácsony” számára az eltávolodás, elidegenedés élményét hozta, amelyben nem tudott osztozni Julia és családja örömeiben. Ebben az izolációban egyre nőtt fájdalmának súlya, míg végül végtelen kimerültséget tapasztalt meg lelkileg és fizikailag egyaránt. Folyton visszatért az a fájdalmas emlékképe, amikor az utolsó karácsonyi reggelükön együtt indultak futni, és Dede kifulladásra megállt, mert a betegsége miatt képtelen volt tovább futni. Juliával ezt egy sok évvel későbbi karácsonyi reggelen osztotta meg, amikor futócipőt húzva nem tudott elindulni a szokásos kocogásra. Ekkor Julia felidézte azt a verset, amelyet Stolorow közös lányukhoz írt: „Emily fut”, és ezzel a kontrollálhatatlan zokogásnak utat engedve világossá vált egy rítus jelentése is. Stolorow minden reggel futás közben a saját versét ismételte magában, ahogy Emily fut, és ebben a futásban soha nem áll meg.

„Julia megértést segítő megjegyzése volt a kulcs, amely teljes intenzitással megnyitotta a kétségbeesésem, és amely megtalálta a vele (Julia) megalkotott kapcsolati menedéket, amiben mindez újra kimondhatóvá vált. Amikor végül kocogni indultam ezen a karácsony reggelen, elevenséget és élettelséget éreztem, amely érzések alapvetően hiányoztak a Dede halála óta eltelt karácsonyokból. A kék ég Santa Monica felett különösen gyönyörű volt, ahogy futottam.” (Stolorow, 2015, 26., saját fordítás)

Kitüntetett időszak a gyász, amelynek érzései elválaszthatnak bennünket a jelen életteli pillanataitól és élő kapcsolataink meghittségétől. Ugyanakkor, ahogy világossá válik az érzelmi izolációban megélt leválasztottság, kulcsfontosságúvá válik a visszatérő kétségbeesés, rettenet és fájdalom élményének megosztása. Nincs egységes módja annak, ahogyan mindebből újra egymásra találhatunk, de a visszatalálás útjának kölcsönös, kitartó és érzékeny keresése elengedhetetlen mindehhez. Akkor tud elindulni az érzelmi gyógyulás a társas térben és a meglévő kapcsolatok újraéledése, ha a fájdalom és a gyász érzése érzelmileg biztonságos légkörben, egy *kapcsolati menedékben* tud kifejeződni.

Felhasznált irodalom

Baker, J.E. (2001). Mourning and the transformations of object relationships. *Psychoanalytic Psychology*, 18(1): 55–73.

Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss. Volume I: Attachment*. (online) New York: Basic Books.

Bonnano, G.A. – Papa, A. (2003). The Social and Functional Aspects of Emotional Expression During Bereavement. In: P. Phillipot – E.J. Coats – R.S. Feldman (eds.), *Nonverbal Behavior in Clinical Settings* (145–170). Cambridge, England: University of Cambridge Press.

A DSM – 5 diagnosztikai vizsgálat zsebkönyve (2013). Budapest: Oriold és Társai.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3156458/>

- Fehér M. I.** (1989). Heidegger útja a Lét és időig: Előszó. In: M. Heidegger: *Lét és idő*. Budapest: Gondolat.
- Freud, S.** (1917). Gyász és melankólia. In: uő, *Ösztönök és ösztönsorsok. Metapszichológiai írások* (129–143). Budapest: Filum Kiadó, 1997.
- Furman, E.** (1974). *A Child's Parent Dies: Studies in Childhood Bereavement*. New Haven Conn: Yale University Press.
- Hagman, G.** (2001). Beyond decathexis: Towards a new psychoanalytic understanding and treatment of mourning. In: R. Neimeyer (ed.), *Meaning reconstruction and experience of Loss*. American Psychological Assoc. Press.
- van Gennep, A.** (1909). *Átmeneti rítusok*. Budapest: L'Harmattan, 2007.
- James, J.W. – Friedman, R.** (2011). *Gyógyulás a gyászból*. Budapest: Zafirpress.
- Kessler, D. – Kübler-Ross, E.** (2005). *On Grief and Grieving: Finding the Meaning of Grief Through the Five Stages of Loss*. New York: Scribner.
- Lindemann, E.** (1944). Az akut gyász tünettana és kezelése. *Kharón*, 1998, 2(4): 13–26.
- Rando, T.** (2010). Foreword. In: K. Doka – L. Martin (eds.), *Grieving Beyond Gender. Understanding the Ways Men and Women Mourn* (xv–xviii). New York: Routledge.
- Sarungi E. – Varga H.** (2013). Gyász és egészség. In: Csabai Márta – Pintér Judit Nóra (szerk.), *Pszichológia a gyógyításban* (191–223). Budapest: Oriold és Társai Kiadó.
- Sarungi E. – Hent C. – Osváth V.** (2020). Tamasz a gyászban. In: Polonyi T. – Abari K. – Kiss T. (szerk.), *Válságok megelőzése és kezelése* (301–322). Budapest: Oriold és Társai Kiadó.
- Silverman, P.R. – Nickman, S.L. – Worden, J.W.** (1992). Detachment revisited: the child's reconstruction of a dead parent. *American Journal of Psychiatry*, 62(4): 494–503.
- Stolorow, R. D.** (2007). *Trauma and Human Existence*. New York: Taylor and Francis.
- Stolorow, R. D.** (2015). A phenomenological-contextual, existential, and ethical perspective on emotional trauma. *Psychoanalytic Review*, 102(1): 124–136.
- Stroebe, M. – Schut, H. – Boerner, K.** (2010). Continuing bonds in adaptation to bereavement: Toward a theoretical integration. *Clinical Psychology Review*, 30: 259–268.
- Wright, M.P. – Hogan N.S.** (2008). Grief Theories and Models. *Journal of Hospice and Palliative Nursing*, 10(6): 350–356.



Szél Erzsébet

Mentalizáció a gyászmunkában

„Nem számít, szeretteink mennyire fontosak nekünk, elvesztésük pillanatában válik fájdalmasan nyilvánvalóvá a bennünket összekötő kötelék ereje. Emberi kapcsolataink a legnagyobb boldogságunk forrásai és egyben legmélyebb sebeink gyökerei. Születésünk pillanatától bennünk él a kötődés ösztöne, és ez hajt bennünket kapcsolataink felé, amelyekben gyermekként biztonságban fejlődhetünk, öszülő hajjal vigaszra lelhetünk, és egész életünkben megtapasztalhatjuk az érzést, hogy tartozunk valakihez. Kötelékeink a biztonság és gyarapodás forrásai, ezért fontos a tudat, hogy szükség esetén számíthatunk azokra, akikhez tartozunk. Abban a pillanatban, ahogy megnyitjuk szívünket másoknak, kitesszük magunkat az elkerülhetetlen veszteség fájdalmának.”

(Kosminsky és Jordan, 2016, 3.)

A veszteségek feldolgozása nehéz lélektani feladat, még nehezebb a végleges veszteség, a halál elfogadása. A gyász mélyen személyes és egyedi élmény, melyben a gyászoló a halottal elvesztett önmagát siratja (Ornstein, 2015; Parkes, 1972). A fájdalom az egyszeri és megismételhetetlen kötelék elszakadásával érkező, betöltetlen hiány ürességéből táplálkozik. Kezdetben nincsenek szavak, nincsenek érzések, nincsenek gondolatok, és ezek a „nincsenek” áthatják lelkünk egészét. Sajátos állapot ez, egyfajta fájdalmas transz (Cheek, 1969), amikor a tudat befelé fordul, a külvilág nem létezik, az idő megszűnik, és a gyászoló elmerül a fájdalomban. A gyász éppoly egyedi, mint a halotthoz fűződő kapcsolat.

A gyászfolyamat megértésére a pszichológiai irodalomban számos kísérlet született. A veszteség keltette érzelmi sokszínűség leírása a különböző szakaszelméleteken át (Kast, 2000; Kübler-Ross, 1988; Lindemann, 1944; Pilling, 2003) eljutott a gyász egyedi voltának hangsúlyozásáig (Varga és mtsai, 2015). Az elméletekben közös, hogy a gyász folyamán megjelenő érzelmi reakciók széles skálán mozognak. A dermedtség vagy a kontrollálatlan érzelemvihar, a disszociatív tünetek, a tudatos kontroll nélküli automatikusan végzett napi cselekvések, az időélmény megváltozása (amikor úgy telnek a napok, hogy az fel sem tűnik), a túlzott tevékenység, az erős indulatok, a gondolkodás beszűkülése, az öröm- és cselkevésképesség elvesztése, az érzések megosztásának képtelensége, a bűntudat és a

mögötte húzódó mágikus gondolkodás („az én hibám”, „megváltoztathattam volna”) gyakran előforduló jelenségek a gyászoló élményvilágában (Benczúr, 2015).

A gyász természetét feltárni kívánó kutatások jelentős része igyekezett meghatározni a gyászmunkát befolyásoló pszichológiai tényezőket is, így azonosították többek között az elhunyttal való kapcsolat minőségét (Kovácsné Török, 2015) és a gyászoló kapcsolati mintázatát (Kosminsky és Jordan, 2016). A modern pszichoterápiás irányzatokban fokozatosan teret nyerő kötődéseméleti perspektíva (Slade, 2016) hatására egyre bővül azon terápiás megközelítések száma, amelyek szemléletében a biztonságos kötődés a mentális egészség alapköve. Egyes megközelítések, mint a mentalizáció alapú terápia, intervencióikban a kötődéseméletre épített specifikus terápiás technikákat is alkalmaznak (Talia, Taubner és Miller-Bottome, 2019). A mentalizálás folyamatában önmagunkról és másokról belső mentális állapotok mentén tudunk beszélni. Ennek eredményeként képesek vagyunk a viselkedést intencionális állapotokkal összekapcsolva érzékelni és értelmezni. Az intencionális állapotok közé tartoznak a szükségletek, a vágyak, az érzelmek, a meggyőződések, a célok és az okok (Fonagy és Bateman, 2020, 3.). Szeretteink elvesztése nagyon erős érzelmeket kelt, amelyek sajátosan befolyásolják a mentalizálás színvonalát. A gyász hatására megváltozott gondolkodás a mentalizálás alacsony működését és a nem mentalizáló módok (pszichés ekvivalencia, tettető mód, teleologikus mód) dominanciáját jelzi. A pszichés ekvivalencia állapotában a gyászoló saját belső világa kerül előtérbe, érzései, gondolatai általános érvényűvé válnak, nem képes a nézőpontok rugalmas változtatására, képtelen osztozni mások élményeiben, érzéseiben. A tettető mód jellegzetessége az érzelmek és a valóság disszociációja; az érzelmek átélése csökken, tompultság, dermedtség vagy mentalizálatlan érzelemkítőzés jellemezheti. A cselekvés elsődlegessége, az indulatos megnyilvánulások vagy a figyelemelterelést is szolgáló fokozott időtöltés a teleologikus mód sajátossága. A prementalizáló módok rugalmatlanok, a gyászolót izolálják a társas helyzetektől, előnyük azonban a fájdalom szavak nélküli kifejezése vagy épp elkerülése (Bateman és Fonagy, 2012). A gyászban való elakadást a nem mentalizáló módok fennmaradása jellemzi. A gyászból való felépülést a mentalizálás helyreállítása segíti. Ezen a ponton érdemes áttekinteni, hogy a mentalizáció elmélete hogyan kapcsolódik a pszichoanalitikus hagyományokhoz.

A mentalizáció gyökerei

Holmes (2006) a mentalizációt és a pszichoanalitikus perspektívát összevető tanulmányának első soraiban még arra hívja fel a figyelmet, hogy az *Oxford English Dictionary* aktuális kiadásában nem szerepel sem a mentalizálás, sem a mentalizáció szó angol nyelvű megfelelője. A mentalizáció filozófiai gyökerei azonban jóval korábbra nyúlnak vissza. Descartes és számos modern filozófus (Mill, Russell, Austin) elméletében központi szerepet kapott a saját tudatállapotainkhoz való hozzáférés kérdésköre (Kiss, 2005).

A pszichológiai kutatások terén az intencionális tudatállapotok és a tudatelmélet sajátosságainak empirikus igazolása Dennett (1978), valamint Wimmer és Perner (1983) nevéhez kapcsolható (Fonagy és Target, 1998; Gergely és Watson, 1998). A terület szélesedését jelzik Baron-Cohen és Firth vizsgálatai, akik az autizmus- és a skizofrénia-kutatás területét neurobiológiai perspektívával gazdagították (Allen és Fonagy, 2006; Gál, 2015). Fonagy és munkatársai elméletükben elválasztották a tudatelmélet és a mentalizáció koncepcióját, ez utóbbit fejlődési pszichopatológiai és kötődéseméleti kontextusba helyezték (Allen és Fonagy, 2006). A mentalizáció teoretikus gyökereit ismertetve Holmes (2006) négy eltérő területet határoz meg: (1) a kognitív pszichológia, (2) a pszichoanalitikus tárgykapcsolat-elmélet, ezen belül Bion szemlélete, (3) a francia pszichoanalitikus iskola és (4) a kötődéseméleti megközelítésű fejlődési pszichopatológia.

Bion (1962, 1967) elméletéből a gondolkodás *tartalmazó funkciója* válik hangsúlyossá a mentalizációs keretrendszerben, az a feltételezés, miszerint az intenzív érzések és szükségletek kezelésében a megfelelő mértékű frusztrációs tolerancia elengedhetetlen ahhoz, hogy az átélt események értelmezhetővé és feldolgozhatóvá váljanak (Holmes, 2006; Allen és mtsai, 2011). Bion (1967) a gondolat elsődlegességét képviselte a gondolkodás képességének megjelenésével szemben. Elméletét a frusztrációs helyzetben megjelenő gondolatokra szűkíti. Bion szerint a csecsemő fejlődése során a gondolkodási képesség akkor alakulhat ki, ha a gyermek képes elviselni a hiányállapotokban fellépő frusztrációt. A gondolkodás hidat képez a fellépő szükséglet és annak kielégítése között, lehetővé téve a szükségletek kielégítésének késleltetését. Alacsony szintű frusztrációs tolerancia esetén a csecsemő a rossznak érzékelt valóságtól eltávolodik, kizárja azt, ezzel azonban gondolkodásrendszere is sérül. Bion modelljében a rossz tárgyak kizárása a jó tárgyak megszerzésével azonos értékű. A folyamat eredményeként kialakuló (pszichotikus) gondolkodásrendszer kizárólagosan a belsővé tett tárgyakhoz kapcsolódó gondolatokon alapul, amiben a szelf és a külső tárgy határai elmosódnak, így megjelenhet a projektív identifikáció. A kiegyensúlyozott anya, aki képes tartalmazni a projektív identifikáció keltette frusztrációt, a gyermek szorongását elviselhetővé csökkentheti, a frusztrációt modulálja, ami a gondolkodás rendszerének egészséges fejlődéséhez vezethet. Fonagy és Target szerint (2007) az anya-gyermek interakcióban kibontakozó gondolkodási képesség az ágens szelf megszületésének előfutára. A hatékony érzelmszabályozás azonban nem csupán a mentalizáció kialakulásának feltétele, hanem elengedhetetlenül szükséges a sikeres mentalizálás fenntartásához is. A fokozott érzelmi megterhelés hatására a mentalizáló kapacitás jelentősen csökken, az egyén (átmenetileg) elveszti kapcsolatát a valósággal, és a *pszichés ekvivalencia* állapotába kerül. A pszichés ekvivalenciában nem létezik reprezentációs rendszer, a belső valóság és a külső, fizikai világ egyenértékű. A pszichés ekvivalencia fogalma átfedést mutat Bion pszichotikus gondolkodásrendszerével (Fonagy, 2008), ugyanakkor a mentalizáció fejlődésének egy állomását is jelenti, ami 2-3 éves korban még normális jellemző.

A mentalizáció elméletének másik gyökere a francia pszichoanalitikus iskolához, Lecours és Bouchard (1997) munkásságához nyúlik vissza. A mentalizáció fogalmát is ők vezették be a pszichológiai irodalomba. Pszichoanalitikus hagyományok mentén a

szerzők a mentalizációt tudattalan ego-funkciónak tekintik, ami *reprezentációs, szimbolizációs és absztrakciós folyamatokat* foglal magában. A mentalizáció során valósul meg az ösztön-affektus folyamatos átalakulása, miközben a pszichés tartalmak reprezentációi fokozatosan rendszerezetté válnak (Allen, Fonagy és Bateman, 2011). A folyamatot mentális elaborációnak nevezik. Lecours és Bouchard (1997) elméletében a mentalizáció tehát a testérzetek és azok pszichés reprezentációját összekötő tudattalan/ego folyamat. A testi-szomatikus érzetek átalakításával a mentalizáció eredménye a drive és az affektus. A szerzők nem foglalnak állást az ösztönkésztetés vagy az affektus elsődlegességével kapcsolatban, és az ösztön-affektus (*drive-affect*) kifejezést alkalmazzák. A mentális reprezentációs rendszer fokozatos bővülésével egyre kidolgozottabb mentális tartalmak és struktúrák jelennek meg. Modelljükben a *mentális elaboráció* két, egymástól elkülönülő dimenzióban írható le: az egyik az ösztön-affektus kifejezésének színvonala, a másik az érzelemszabályozás minősége. Az ösztön-affektus négy csatornán nyilvánul meg, ezek a szomatikus, a motoros, a verbális és az imaginációs csatornák. Az érzelemszabályozás színvonalát pedig az affektus tolerancia és az absztrakciós képesség fejlettsége, majd ezeken keresztül a reprezentáció folyamata határozza meg. A mentalizáció színvonala az alacsony-magas tengelyen írható le. A szomatikus és motoros csatornán megnyilvánuló ösztön-affektus az elaboráció alacsony dimenzióját jelképezi, és átfedést mutat a *teleologikus móddal* (Fonagy, 2008), ahol a mentális állapot mentalizálatlan formában, cselekvésben nyilvánul meg. A verbális és imaginációs csatornák a magasabb dimenziót képviselik. A mentális elaboráció magasabb szintje magas affektus toleranciával is jár, míg az alacsony színvonal a csökkent érzelmi terhelhetőséget is jelzi.

A mentalizáció interperszonális beágyazottságának hátterét a kötődéseméleti perspektíva biztosítja. Fonagy és munkatársai (2002) a mentalizációs modellt a kötődésemélet és a pszichoanalízis integrációjának tekintették. Koncepciójuk egyes elemei a pszichodinamikus hagyományokat gazdagítják. Elméletükben az egyén mentalizáló kapacitásának színvonalát elsősorban a *gyermekkorai kötődés minősége* határozza meg, ezzel követték Bowlby (1969), Ainsworth és munkatársai (2015), valamint Main és Solomon (1986) hagyományait. A mentalizáció optimális fejlődéséhez szükséges környezet az a biztos bázis, ami Bowlby (2009) koncepciójában a biztonságos kötődési kapcsolat kialakulásának feltételeként jelenik meg. Fonagy és Target értelmezésében (1998) a szelf fejlődésében központi szerepet játszik a megfelelően mentalizáló anya, aki a gyermek érzelmi állapotait kontingensen és jelölten tükrözi, mindez a winnicotti örökséghez (1999) köthető. A mentalizálás eredményeként reprezentációk jönnek létre az egyénről, a másikról és kettejük kapcsolatáról. A kialakuló mentális reprezentáció teoretikus előfutára lehet a belső munkamodell (Bowlby, 1969, 2009), a kötődési reprezentáció (Main és Goldwyn, 1984), a szelf és tárgy-reprezentációk (Fairbairn), a szelfről és a másikról alkotott kognitív-affektív sémák (Kernberg, 2011) vagy az interszubjektív szelf-reprezentációk (Stern, 2002).

Main és Goldwin (1984) a kötődési reprezentációk generációs átadását vizsgálva alkotta meg a Felnőtt kötődési interjút (AAI – Adult Attachment Interview), ami a mentalizáció mérésének is fontos eszköze lett. Main a metakogníció és *metakognitív monitorozás* kifejezésekkel nevezte meg azt a folyamatot, amelynek során

megvizsgáljuk önmagunk és mások elméjét. Vizsgálataik szerint feldolgozatlan trauma esetén az emlékek felidézése vagy spontán megjelenése a metakognitív képességek átmeneti meggyengülését, esetleg összeomlását idézi elő, így megváltozott mentális állapot jön létre, ami a figyelmi és emlékezeti funkciók fellazulásával és az eseményről alkotott narratíva fragmentáltságával jellemezhető (Hesse és Main, 2000; Kosminsky és Jordan, 2016).

A Felnőtt kötődési interjúhoz kidolgozott Reflektív funkció skála lehetővé tette a mentalizáció mérését a kötődési kapcsolatok kontextusában (Fonagy és mtsai, 1998). A mentalizáló kapacitás színvonalának kifejezésére Fonagy és munkatársai bevezették a reflektív funkció fogalmát. „Reflektív funkciónak azt a képességet nevezzük, amelynek segítségével a gyermek nem csak a másik személy felszíni viselkedésére tud reagálni, hanem saját magának a másik vélekedéseiről, érzéseiről, vágyairól vagy terveiről alkotott *elképzeléseire* is. A reflektív funkció, avagy mentalizációs képesség teszi lehetővé a gyermek számára *más személyek gondolatainak »olvasását«*” (Fonagy és Target, 1998, 6., kiemelések az eredetiben).

Kötődés, mentalizáció, affektivitás

A mentalizáció kialakulásához kezdetben a biztonságos kötődést tekintették elsődlegesnek (Fonagy és Target, 1998). A kötődés és a mentalizáció neurobiológiai perspektívájában ez az álláspont a mentalizáció és a kötődés lazább kapcsolata felé mozdult el (Bateman és Fonagy, 2012), és a genetikai tényezők szerepét is figyelembe vette (Fonagy és mtsai, 2016). A korai kapcsolatokban szerzett tapasztalatok jelentőségét a kötődéseméleti alapoknak megfelelően a mentális reprezentációk kialakítása adja. A szülő–gyermek interakcióban létrejövő kapcsolati-kommunikációs minták a mentalizálás előfutárai, ugyanakkor a mentalizáló kapacitás meghatározó szerepet tölt be a szelfszerveződés és érzelemszabályozás területén (Fonagy és mtsai 2016). Az emberi viselkedés megértése közben belső reprezentációink alapján formáljuk meggyőződéseinket.

A mentális állapotok tulajdonítása azonban összetett, magasabb rendű kognitív folyamat, amihez optimális érzelmi állapot szükséges: megfelelően éber, hiszen az unalom, az álmoság eltérít bennünket a mentális erőfeszítésektől. Másrésztől kellően szabályozott érzelmekre van szükség, mivel túlságosan intenzív érzelmek esetén már nincs kellő kapacitás az események értékelésére. A megemelkedett pszichés arousal hatására a mentalizálás hatékonysága fokozatosan csökken (Fonagy és mtsai, 2012). Boldogságmámor vagy trauma közepette az élmények integrálása átmeneti gátlás alá kerül. A megfelelő affektusreguláció eléréséhez azonban elengedhetetlenül szükséges a másik szándékainak belátása és a másik reprezentációjának megalkotása. Gyermekkori elhanyagolás, bántalmazás esetén, a kötődési trauma következményeként a mentalizálás elakad, ami impulzív vagy agresszív viselkedéshez vezethet (Fonagy és mtsai, 2002; Allen és mtsai, 2011; Bateman és Fonagy, 2012). A mentalizálás és az érzelemszabályozás kölcsönösen egymásra ható folyamatok, hiszen a mentalizálás elsajátításához alapvető a megfelelő érzelemszabályozás (amihez a gondozó

mentalizáló hozzáállása szükséges), következésképpen a sikeres mentalizálás hatására olyan differenciáltabb affektus- és szelfregulációs folyamatok alakulnak ki, mint a mentalizált affektivitás (Jurist és Meehan, 2009).

A mentalizáció a szociális-kognitív funkciók gyűjtőfogalma (Allen, Fonagy és Bateman, 2011), mégsem tekinthető pusztán magasabb rendű kognitív konstrukciónak, hiszen a kötődési kapcsolatokban formálódik, így természetéből adódóan közvetlenül hozzátartozik az affektusok világához (Jurist, 2005). Bowlby (1969, 2009) szerint a kötődési rendszer célja a biztonság érzetének fenntartása. A gyermek fejlődéséhez elengedhetetlen a felfedező tevékenység, melynek során eltávolodik a biztos alapokat nyújtó gondozótól. Bowlby rendszerében a „biztos bázis” a gyermek egészséges fejlődéséhez nélkülözhetetlen, az anyaság és apaság központi eleme: az a szilárd támaszpont, amelyhez a gyermek visszatérhet, abban a tudatban, hogy ott örömmel fogadják érkezését és gondoskodnak róla. Jurist (2005) kiemeli, hogy Fonagy értelmezésében a kötődés célja egy szélesebb perspektívával jellemezhető reprezentációs rendszer létrehozása, amely egyaránt tartalmazza a belső munkamodellt és a valóság – észlelt vagy konstruált – szubjektív reprezentációját. A mentalizáció sikerességét jelzi az affektusok és a kogníciók integrált érzékelése és értelmezése. A mentalizáció a mentális állapotok reprezentációs képességét jelöli, ezen belül a mentalizált affektivitás (röviden affektivitás) az érzelmek reflektáltságára utal (Jurist, 2005). „Az affektivitás során elmerülünk annak megtapasztalásában, ahogyan a reprezentált világ közvetíti érzelmi állapotainkat – más szóval a jelenlegi (és jövőbeli) érzéseinket a valós vagy elképzelt múltbeli tapasztalatok szűrőjén keresztül láthatjuk” (Jurist, 2005, 429.).

Jurist (2005) a mentalizált affektivitás három elemét határozta meg: az érzelmek azonosítása, feldolgozása és kifejezése. Az érzelmek azonosításának egyszerűbb módja az alapérzelem közvetlen megnevezése, míg a komplexebb azonosítás során megtörténik az érzelmek differenciálása és az érzelmek kombinációjának felismerése. Az érzelemdolgozás egyszerűbb változata az affektus enyhe módosítását jelzi, ez lehet az intenzitás megemelése/csökkenése vagy az időtartam hosszabbítása/rövidítése. Komplexebb esetben az érzelmek finomabb hangolása történik, ami kulcsfontosságú a mentalizált affektivitás tekintetében, hiszen ebben az esetben nem változik meg jelentősen a megélt tapasztalat minősége, így az egyén a múltbeli tapasztalatok figyelembevételével az érzelmek jelentésének megértésére is fókuszálhat. Az affektivitás harmadik eleme az érzelembizonyítás, melynek legkezdetlegesebb formája az érzelmek egyszerű visszatartása vagy kimutatása. Az érzelembizonyítás kifinomultabb változatában a megélt érzelmi állapot kommunikációja történik, ami a reflektív funkció magasabb szintű szervezethez jelzi.

A kötődési kapcsolatban formálódó mentalizációs képesség a szülő-gyermek interakciók során válik az érzelembizonyítás eszközévé. A jól mentalizáló gondozó képes felismerni és megkülönböztetni gyermeke érzéseit, és számára megfelelő mértékben modulálva visszatükrözni ezeket. A gyermek először megtanulja felismerni saját affektusait, ezen képességének fejlődése a gondozó kontingens és jelölt érzelmi kifejezéseinek internalizálásán alapul. A gondozó visszajelzését a gyermek saját érzelmeként reprezentálja, és sajátos érzelmi (ön)tudatot alakít ki, ami mentalizált affektivitássá szerveződik. Az affektivitás érzelem- és indulatszabályozó jellege abból

adódik, hogy a felismert és megfelelően kifejezett érzelem megosztható, így nem kell cselekvésbe fordítani (Allen, Fonagy és Bateman, 2011).

Mentalizáció a gyászmunkában

Érzelmileg felfűtött helyzetben a mentalizáció sérül, így a kontrollált és tudatos készségek átmeneti hiányában dominánssá válnak a pontatlan megfigyeléseken alapuló feltételezések, csökken vagy meg is szűnik a perspektívaváltás képessége, nehezen tudjuk a helyzeteket a másik fél szemszögéből is értelmezni. A mentalizáció kontextusfüggő is, míg egyes helyzetek elősegítik a sikeres mentalizációt, addig más helyzetek gátolják azt, következésképpen a mentalizálás különböző szinteken valósulhat meg, beszélhetünk alacsony, átlagos vagy magas szintű reflektív működésről (Fonagy és Bateman, 2020).

Korábbi kutatások igazolták, hogy a megnövekedett stressz és arousal hatására a mentalizáló kapacitás károsodik, a *kontrollált* mentalizáció az *automatikus* irányba tolódik el, az élmények reflektált, értelmezett feldolgozása helyett a gyors, reflexszerű értelmezések túlsúlya tapasztalható (Fonagy és mtsai, 2012). „Bizonyos pontig ez egy normál fight-flight stresszválasz, amely veszély esetén az azonnali reagálás előnyeit tartogatja” (Fonagy és Bateman, 2020, 15.). A fokozott érzelmi terhelés hatására a tovább csökkenő mentalizálás *nem mentalizáló* működésbe fordul át. Fónagy és társai (2012) hangsúlyozzák, hogy a mentalizáció kudarca fejlődéslélektanilag adaptív zavarnak is tekinthető: súlyosan bántalmazó környezetben a védtelen gyermek számára túlságosan megterhelő lenne az őt bántalmazó kötődési személy mentális állapotainak megértése. A korai trauma és az érzelemszabályozás idegrendszeri mechanizmusait vizsgáló kutatások alátámasztották, hogy a szelfet is érintő, megsemmisüléssel fenyegető kötődési trauma esetén a magasabb rendű kognitív működésért felelős agyterületek deaktiválódnak (Van der Kolk, 2020).

A haláleset – közeli, szeretett személy elvesztése, vagy akár távolabbi munkatárs, ismerős halála – fokozott érzelmi megterhelést jelent. Holmes és Rahe (1967) Életesemény-skáláján a legnagyobb stresszt a házastárs halála (100/100 pont) jelenti, amit szorosán követ a közeli családtag (63 pont) és közeli barát (37 pont) elvesztése. A veszteségből adódó fájdalom, gyász közepette nehéz megtartani a hatékony mentalizálást. Fokozott érzelmi megterhelés és stressz hatására a mentalizálás minősége változhat, az egyén a nem mentalizáló módok (pszichés ekvivalencia, tettető mód és teleologikus mód) szintjére regrediálhat, és mentalizációs deficitek alakulhatnak ki (Bateman és Fonagy, 2012; Lassri és Desatnik, 2020). A veszteség miatt a mentalizáció gátlás alá kerül, fokozott érzelmi reakciók jelennek meg. A gyászoló az egyik pillanatban reményvesztetten zokog, majd féktelenül dühös, amit a bűntudat, tehetetlenség, végtelen szomorúság érzése vált fel sokszor érthetetlen módon és sorrendben. Az arousal növekedésével csökken a perspektívaváltás képessége, előtérbe kerül a *pszichés ekvivalencia* mód, ahol az uralkodó konkrét gondolkodás következtében a gyászoló belső, fájdalmas valósága lesz az egyetlen valóság. Megingathatatlan, szélsőséges gondolatok jelennek meg, amik megkérdőjelezik az élet

értelmét és értékességét, a jövővel kapcsolatban egysíkúak, gyakran a pusztulást elővételezik. Sajátos beszűkült állapot alakulhat ki, ami szélsőséges esetben akár szuicid gondolatok felé vezethet. Ebben az állapotban az egyén csak a látható cselekvéseket és viselkedést tekinti valóságnak, ami a *teleologikus mód* sajátossága, azaz a fokozott érzelmek cselekvésben fejeződnek ki: agresszív kitörések vagy épp ellenkezőleg fizikai izoláció, esetleg önsértő cselekmények formájában. A belső tartalmak annyira erőteljesek és elsodrók, hogy az eseményekről alkotott narratíva elszakad az objektív valóságtól, *tettető mód*ban az affektív és kognitív feldolgozás egysége felszámolódik, disszociálódik.

A gyász természeténél fogva jelentős érzelmi megterheléssel jár a gyászoló számára. Fontos kötődési személyek elvesztése egyszerre idézi elő a kapcsolati traumát és a szeparációs distressz élményét. A halálhoz kapcsolódó szorongáskeltő tartalmak a kötődési rendszer aktivációjához vezetnek, a közelség iránti igény azonban nem elégülhet ki, hiszen a megnyugvást jelentő kötődési személy halott. A kialakuló szeparációs distressz kereső viselkedésben, intruzív gondolatokban és folyamatos ruminációban (rágódásban) manifesztálódhat, melynek témája a halott személye és a halál körülményei (Janusz, Dejko-Wańczyk és Taubner, 2020).

Janusz és munkatársai (2020) olyan szülők mentalizációs sajátosságait vizsgálták, akik balesetben veszítették el gyermeküket. A terápiában négy fő téma bontakozott ki. Előtérbe került a gyermekhez való kötődésük és a gyermek halálának körülményei, fontossá váltak a szélesebb társas kapcsolatok és a saját párkapcsolatuk, saját belső állapotaik, valamint általános egzisztenciális kérdések. A szülők válaszait a mentalizáció szintje alapján értékelték, így váltak követhetővé a reflektív funkció változásai. A terápia kezdeti szakaszában általánosságban alacsonyabb reflektív működést lehetett megfigyelni, ami fokozatosan javulni kezdett. Kisebb visszaesést tapasztaltak a haláleset évfordulóján, de ezt követően gyorsabban kerültek vissza a mentalizálás magasabb szintjére. A reflektív funkció alacsonyabb működését jelezték azok a megnyilvánulások, amelyekben a szülők a gyermekkel való közvetlen érintéssel járó kapcsolatot hiányolták. Gyermekük haláláról is csak nagyon konkrétan és töredezetten beszéltek, és a baleset helyszínével kapcsolatos tárgyi szintű leírásokat adtak. Megnyilvánulásaikban csak saját perspektívájuk érvényesült. A növekvő mentalizálást jelezte, amikor a szülői narratívában megjelentek a gyermeknek tulajdonított mentális állapotok. Ekkor már képesek voltak beszélni arról, hogy mit érezhetett és gondolhatott gyermekük a halálakor. A gyászfolyamatnak ebben a szakaszában álmukban is megjelent az elhunyt. Az érett mentalizációs készség visszaszerzésekor a gyermekkel kapcsolatos elvesztett jövőt is képesek voltak szavakba önteni, és saját érzéseiket is azonosították: *„Az agyammal tudom, hogy már nem jön vissza, és sosem fogom látni, sosem beszélünk újra, de másrészt valahol, az agyam egy távoli szegletében ott van a gondolat, hogy ez nem lehet, ez nem történhetett meg”* (Janusz, Dejko-Wańczyk és Taubner, 2020, 8.).

A vizsgálat során Janusz és munkatársai a társas kapcsolatok mentén is értékelték a szülők megnyilvánulásait. Csökkent színvonalú mentalizációt jelzett, ha a szülők a friss gyászban a környezetükben lévő emberekről is csak az elhunyt vonatkozásában beszéltek. Ebben az állapotban más személyekről alkotott reprezentációik sematizáltak és egyoldalúak voltak: például a halott gyermekük értékeit kiemelték, míg az élőét

jellemzően kevésbé értékelték. Saját gyászukat kiterjesztették a közvetlen környezetre is: „mindenki szerette őt, nem is lehet őt nem szeretni, mindenki várja, hogy hazajön” (Janusz, Dejko-Wańczyk és Taubner, 2020, 8.). A támogatást elsősorban a környezettől várták, nem egymástól. A magasabb szintű mentalizálást jelezte, amikor képesekké váltak egymásban a gyászolót is meglátni, és egymás mentális állapotaira reagálni. Viselkedés szinten ekkor már támogatni is tudták egymást. A belső állapotok észlelésében is a hatékonyabb mentalizálás visszanyerését jelezte, amikor képesekké váltak az életben maradt gyermekük érzelmeire és gondolataira figyelni, és reflektálni arra az időszakra, amikor a gyász okozta beszűkülés miatt elszakadtak a való világtól. Fel tudták idézni a temetést, reflektáltak saját fájdalmukra, veszteségükre, és megélték annak ürességét. Az élet értelmével kapcsolatban a mentalizálás alacsony szintjét jelezte az elsőprő düh és keserűség, amit lassan felváltott saját tehetetlenségük felismerése, végül az élet folytatásának motivációja.

A gyászfolyamat kötődéseméleti perspektívából kapcsolati veszteségnek tekinthető, ami aktiválja a kötődési rendszert. A gyászfeldolgozás sikerességét az egyén kötődési stílusa is befolyásolja. Szorongó kötődési stílussal jellemezhető emberek veszteség esetén nagyobb mértékű depressziót és gyászt élnek meg, míg az elkerülő kötődés magasabb szomatikus tünetképződéssel jár együtt (Wayment és Vierthaler, 2002), az utóbbiak kevésbé keresik a társas támogatást a veszteség feldolgozásához (Kosminsky és Jordan, 2016).

A gyászoló mentalizáló kapacitásának helyreállítását célzó intervenció a pszichoterápiák egyik leghatékonyabb eszköze (Luyten és mtsai, 2020). A terapeuta feladata, hogy segítse a gyászolót reflektivitásának visszanyerésében (Lassari és Desatnik, 2020). A terapeuta nem tudja megváltoztatni a fájdalmas valóságot, azonban validálhatja a gyászoló érzelmeit, tapasztalatait, azokra reflektálhat. Ezen az úton a gyászoló segítséget kap abban, hogy önmagával szemben türelmesebb és elfogadóbb legyen, ami különösen fontos a gyász során megjelenő büntudat vagy agresszív indulatok megértéséhez. A mentalizálás visszanyerésével a gyászoló a környezetében lévőekkel is (ismét) empatikussá válik, és képes lehet élményei közé beépíteni a közös veszteség tapasztalatait.

A veszteségfeldolgozás során a terapeuta feladata, hogy olyan biztonságos környezetet alakítson ki, ami a mentalizáció helyreállítását segíti. A terapeuta ebben a helyzetben a kötődési személy szerepét tölti be, akinek a célja, hogy segítsen a gyászolónak visszanyerni kognitív rugalmasságát, felépülni a gyászból, és helyreállítani érzelmi kiegyensúlyozottságát. A hatékony terápiás kapcsolat alapja az *episztemikus bizalom*. A mentalizáció elméleti rendszerében az episztemikus bizalom elsődleges közege a biztonságos kötődési kapcsolat. A gyermekét megfelelően mentalizáló szülő a gyermekben a megértettség érzését hozza létre, azt a tudatot, hogy a másik – jelen esetben a szülő – érti és érzi a gyermek mentális állapotait. A megértettség tapasztalata válik episztemikus bizalommá. Az episztemikus bizalommal felruházott személy a továbbiakban a társas tapasztalatok értelmezésében referencia-személlyé válik, és a társas tanulás lehetőségét biztosítja (Fonagy, Allison, & Campbell, 2020). A gyászmunka során a gyászoló és a terapeuta között kialakuló episztemikus bizalom segíti a gyászolót, hogy lemondjon a prementalizáló módok rugalmatlanságáról, és visszanyerje mentalizáló kapacitását (Fonagy és Allison, 2014),

elviselve azt a feszítő érzést és gondolatot, hogy a valós élet veszteségekkel jár és fenyegető lehet.

Fonagy és Allison (2014) arra hívja fel a figyelmet, hogy a terápiás kapcsolatban megvalósuló mentalizálás különbözik a terápiás rendelőn kívüli társas világban megfigyelhető mentalizálástól. Értelmezésükben nem lehet megfelelő és elegendő terápiás cél a mentalizáció „megtanítása”. A mentalizáció a terápiás intervenciók kulcsfontosságú komponense, hiszen a társas tanulás alapja, és általánosságban segíti az egyént abban, hogy a szociális interakciók tapasztalatait beépítse (Fonagy és Allison, 2014, 375.). A terápiás helyzetben a mentalizáció teremti meg az episztemikus bizalom kialakulásának feltételét. Az episztemikus bizalom a terapeuta és a gyászoló együttműködése során születik meg a terapeuta szisztemikus erőfeszítése révén, hogy képes legyen a gyászoló perspektívájából érzékelni a világot. A terapeuta közeledése segíti a gyászolót abban, hogy beszűkültségét feladva megnyíljon a terapeuta tapasztalatai előtt, képes legyen újra bízni előbb a terapeutában, majd a szélesebb környezetben. Az episztemikus bizalom tehát megteremti a lehetőséget annak, hogy a gyászoló befogadja a terapeuta ismereteit a gyászról és a gyász jelenségéről, a gyással való megküzdés módjairól. Az újraépülő mentalizálás lehetővé teszi a másik perspektívájának befogadását, ezáltal differenciáltabbá válhatnak az elhunytól alkotott elképzelések és az elhunyt és a gyászoló kapcsolata is. A világ fokozatosan ismét biztonságos helyé válhat, ahol a kapcsolati közelség már nem csupán a veszteség lehetőségét hordozza magában, hanem a kiegyensúlyozott társas életet is. Fonagy és Allison (2014) hangsúlyozza, hogy a terápiában nem az lesz az elsődleges, amit a terapeuta megtanít, hanem „a terápiás kapcsolatban rejlő lehetőség, amely révén a páciens visszanyeri a társas interakciók nyújtotta tanulási képességét” (376.).

Összegzés

A mentalizálás képessége kapcsolatban születik, és kapcsolatban is marad meg. Az életünk során fellépő kötődési stressz akadályozza a reflektív működést, és nehezíti az érzelmszabályozást is. Az érzelmi felfűtöttség sajátos beszűküléssel jár, aminek következtében nehezítetté válik a szociális ingerek értelmezése. A gyászoló fájdalma hasonló érzelmetelítettséggel jár, amelyben a kötődési és szeparációs distressz egyszerre nyilvánul meg. A felfoghatatlan élmények hatására a tudatos feldolgozást szolgáló agyi területek deaktiválódnak, ami átmeneti védelmet ad a veszteség okozta szenvedés elől, azonban megnehezíti a szociális kapcsolódást. A reflektív működés csökkenését a gyász elsodró érzése és az elhunyt személye körüli folyamatos rumináció jellemzi.

A beszűkültség, az objektív valóságtól eltávolodott gondolkodás, a sodró érzelmek hatására felszámolódo racionalitás jelenségei leírhatók a nem mentalizáló módok rendszerében. A pszichés ekvivalencia, a tettető mód és a teleologikus mód a 2-3 éves gyermek érzelmi reakcióit és kognícióit idézi, sajátosan jeleníti meg a gyász hatására kialakuló regresszív állapotot. A világ értelmezését segítő külső referenciapontok

elérhetlenné válnak a fájdalom, harag, veszteség uralta belső élmények hatására, amit tovább nehezít, hogy épp az elhunyt az a kötődési személy, aki a gyász enyhítésében segíteni tudna. Az érzelmek elaborációja nehezítetté válik, és ez az érzelemszabályozás deficitjéhez vezethet. A kötődési veszteség és a szeparációs distressz hatására az emberi kapcsolatokba vetett episztemikus bizalom is megrendül.

A gyászmunka során a mentalizálás fokozatosan áll helyre. A gyászt segítő terapeuta feladata az episztemikus bizalom helyreállítása, amit a gyászoló érzéseinek és gondolatainak megértésére irányuló tudatos erőfeszítéssel, azaz következetes mentalizációval ér el. A terapeuta közeledése és elfogadó, validáló, nyitott attitűdje nyithatja meg azt a csatornát, amin keresztül a gyászoló is fokozatosan visszatérhet a kölcsönös emberi interakciók világába. Az élmények feldolgozása során a gyászoló is képessé válik saját belső világától elvonatkoztatva érzékelni és értelmezni az objektív valóság eseményeit. A terápiás munka eredményeként a gyászoló a negatív érzelmek szélsőséges elárasztása nélkül tudja értelmezni a történeteket és az elhunyttal való viszonyát. A kialakult narratíva fokozatosan épül be az önéletrajzi emlékezetbe, így a gyászból felépülő lassan elindulhat az újraalkotott jövő felé.

Felhasznált irodalom

- Ainsworth, M. – Blehar, M. – Waters, E. – Wall, S.** (2015). *Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation*. Hove & New York: Psychology Press.
- Allen, J.G. – Fonagy, P. – Bateman, A.W.** (2011). *Mentalizáció a klinikai gyakorlatban*. Budapest: Oriold és Társa Kiadó.
- Allen, J. – Fonagy, P.** (2006). *Handbook of Mentalization-Based Treatment*. John Wiley & Son Ltd.
- Bateman, A. – Fonagy, P.** (2012). A mentalizáció alkalmazása a borderline személyiségzavar kezelésében. In: J. Clarkin, P. Fonagy, G. Gabbard (eds.), *A személyiségzavarok pszichodinamikus pszichoterápiája* (201-224). Budapest: Oriold és Társai.
- Benczúr L.** (2015). A gyász lélektana. In: Kiss Enikő Csilla, Sz. Makó Hajnalka (szerk.), *Gyász, krízis, trauma és a megküzdés lélektana* (11-38). Pécs: Pro Pannonia Kiadói Alapítvány.
- Bion, W.** (1962). *Learning from Experience*. London: Heineman.
- Bion, W.** (1967). *Second Thoughts*. New York: Jason Aronson.
- Bowlby, J.** (1969). *Attachment and Loss Vol. 1. Attachment*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J.** (2009). *A biztos bázis*. Budapest: Animula Kiadó.
- Cheek, D.B.** (1969). Communication with the critically ill. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 12(2): 75–85.

- Dennett, D.** (1978). Beliefs about Beliefs. *Behavioral and Brain Sciences*, 1(4): 528-570.
- Fonagy, P.** (2008). The Mentalization-Focused Approach to Social Development. In: F.N. Busch (ed.), *Mentalization. Theoretical Considerations, Research Finding, and Clinical Implications* (3-56). New York/London: The Analytic Press.
- Fonagy, P. – Allison, E.** (2014). The role of mentalizing and epistemic trust in the therapeutic relationship. *Psychotherapy*, 51(3): 372–380.
- Fonagy, P. – Bateman, A.** (2020). Bevezetés. In: A. Bateman, P. Fonagy (eds.), *A mentalizáció alapú terápia kézikönyve* (3-28). Budapest: Oriold Kiadó.
- Fonagy, P. – Target, M.** (1998). A kötődés és reflektív funkció szerepe a szelf fejlődésében. *Thalassa*, 9(1): 5-43.
- Fonagy, P. – Target, M.** (2007). The rooting of the mind in the body: New links between attachment theory and psychoanalytic thought. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 55(2): 411-456.
- Fonagy, P. – Allison, E. – Campbell, C.** (2020). Mentalizáció, reziliencia és episztemikus bizalom. In: A. Bateman, P. Fonagy (eds.), *A mentalizáció alapú terápia kézikönyve* (83-104). Budapest: Osiris Kiadó.
- Fonagy, P. – Bateman, A. – Strathearn, L. – Allison, E.** (2012). Kötődés és személyiségpatológia. In: J. Clarkin, P. Fonagy, G. Gabbard (eds.), *A személyiségzavarok pszichodinamikus pszichoterápiája* (3-38). Budapest: Oriold és Társai Kiadó.
- Fonagy, P. – Jurist, E. – Gergely, G. – Target, M.** (2002). *Affect Regulation, Mentalization and the Development of the Self*. New York: The Other Press.
- Fonagy, P. – Luyten, P. – Allison, E. – Campbell, C.** (2016). Reconciling Psychoanalytic Ideas with Attachment Theory. In: J. Cassidy, P. Shaver (eds.), *Handbook of Attachment: Theory, Research and Clinical Applications* (780-804). London: Rough Guides.
- Fonagy, P. – Target, M. – Steele, H. – Steele, M.** (1998). *Reflective-functioning manual, version 5.0, for application to adult attachment interviews*. London: University College London.
- Gál Z.** (2015). *A tudatelmélet életkori különbségei, kapcsolata a munkamemória kapacitással és a társas pozícióval*. Doktori disszertáció. Szeged: TE BTK Neveléstudományi Doktori Iskola.
- Gergely G. – Watson, J.** (1998). A szülői érzelmi tükrözés szocialis biofeedback modellje: a csecsemő érzelmi öntudatra ébredése és az önkontroll kialakulása. *Thalassa*, 9(1): 56-405.
- Hámori E.** (2015). *A kötődésemélet perspektívái*. Budapest: Animula Kiadó.
- Hesse, E – Main, M.** (2000). Disorganized Infant, Child, and Adult Attachment: Collapse in Behavioral and Attentional Strategies. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 48(4): 1097-1127.

- Holmes, J.** (2006). Mentalizing from a Psychoanalytic Perspective: What's New? In: J. Allen, P. Fonagy (eds.), *Handbook of Mentalization-Based Treatment* (31-50). John Wiley & Sons, Ltd.
- Holmes, T. H. – Rahe, R. H.** (1967). The social readjustment rating scale. *Journal of Psychosomatic Research*, 11(2): 213–218.
- Janusz, B. – Dejko-Wańczyk, K. – Taubner, S.** (2020). Mentalizing in Parents after Traumatic Loss. *The American Journal of Family Therapy*, 48(2): 127-141.
- Jurist, E.** (2005). Mentalized Affectivity. *Psychoanalytic Psychology*, 22(3): 426-444.
- Jurist, E. – Meehan, K.** (2009). Attachment, Mentalization and Reflective Functioning. In: J. Obegi, E. Berant (eds.), *Attachment Theory and Research in Clinical Work with Adults* (71-93). New York: The Guilford Press.
- Kast, V.** (2000). *Kötés és oldás*. Budapest: Európa Könyvkiadó.
- Kernberg, O.** (2011). *Határeseti állapotok és patológiás narcizmus*. Budapest: Animula.
- Kiss Sz.** (2005). *Elmeolvasás*. Budapest: Új Mandátum Kiadó.
- Kosminsky, P. – Jordan, J.** (2016). *Attachment-Informed Grief Therapy. The Clinician's Guide to Foundations and Applications*. New York: Routledge.
- Kovácsné Török Zs.** (2015). A gyászmunka pszichoterápiás szempontjai. In: Kiss Enikő Csilla, Sz. Makó Hajnalka (szerk.), *Gyász, krízis, trauma és a megküzdés lélektana* (39-57). Pécs: Pro Pannonia Kiadói Alapítvány.
- Kübler-Ross, E.** (1988). *A halál és a hozzá vezető út*. Budapest: Gondolat.
- Lassri, D. – Desatnik, A.** (2020). Losing and regaining reflective functioning in the times of COVID-19: Clinical risks and opportunities from a mentalizing approach. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(1): 38-40.
- Lindemann, E.** (1944). Az akut gyász tünettana és kezelése. (Ford. Révész Renáta.) *Kharón*, 1998, 2(4): 13-26.
- Luyten, P. – Campbell, C. – Allison, E. – Fonagy, P.** (2020). The mentalizing approach to psychopathology: State of the art and future directions. *Annual Review of Clinical Psychology*, 16: 297-325.
- Lecourse, S. – Bouchard, M.-A.** (1997). Dimensions of mentalisation: Outlining levels of psychic transformation. *International Journal of Psycho-Analysis*, 78(5): 855-875.
- Main, M. – Goldwyn, R.** (1984). Predicting rejection of her infant from mother's. *Child Abuse & Neglect*, 8(2): 203–217.
- Main, M. – Solomon, J.** (1986). Discovery of an insecure-disorganized/disoriented attachment pattern. In: T. Brazelton, M. Yogman (eds.), *Affective development in infancy* (95-124). Ablex Publishing.

- Ornstein, A.** (2015). Mourning Following Multiple Traumatic Losses. In: A. Tutter, L. Wurmser (eds.), *Grief and its Transcendence: Memory, Identity, Creativity* (81-88). New York: Routledge.
- Parkes, C.** (1972). *Bereavement: Studies of Grief in Adult Life*. New York: International Universities Press.
- Pilling J.** (2003). (szerk.), *Gyász*. Budapest: Medicina Kiadó.
- Slade, A.** (2016). Attachment and Adult Psychotherapy: Theory, Research, and Practice. In: J. Cassidy, P. Shaver (eds.), *Handbook of Attachment* (759-779). New York: Guilford Press.
- Stern, D.** (2002). *A csecsemő személyközi világa*. Budapest: Animula Kiadó.
- Talia, A. – Taubner, S. – Miller-Bottome, M.** (2019). Advances in research on attachment-related psychotherapy processes. *Research in Psychotherapy: Psychopathology, Process, and Outcome*, 22(3): 359-368.
- Van der Kolk, B.** (2020). *A test mintent számontart. Az agy, az elme és a test szerepe a traumafeldolgozásban*. Budapest: Ursus Libris.
- Varga H. – Sarungi E. – Csabai M.** (2015). A gyász és az érzelmi veszteségek feldolgozásának új lehetősége. In: Kiss Enikő Csilla, Sz. Makó Hajnalka (szerk.), *Gyász, krízis, trauma és a megküzdés lélektana* (368-381). Pécs: Pro Pannonia Kiadói Alapítvány.
- Wayment, H. – Vierthaler, J.** (2002). Attachment style and bereavement reactions. *Journal of Loss and Trauma*, 7(2): 129-149.
- Wimmer, H., – Perner, J.** (1983.). Beliefs about beliefs: Representation and constraining function of wrong beliefs in young children's understanding of deception. *Cognition*, 13(1): 103-128.
- Winnicott, D.** (1999). *Játszás és valóság*. Budapest: Animula Kiadó.



Bókay Antal

Hisztéria-kritika és paranoia-kritika – a szürrealizmus kalandjai a pszichoanalízissel és a lélek titkaival

Dalí és Freud (és Breton) – a művészi tárgyteremtés pszichoanalitikus olvasata

1938. július 19-én Stefan Zweig vendégeket vitt Freud londoni otthonába. Közülük a legfontosabb Freud régi, lelkes híve, Salvador Dalí volt. Dalí gazdag pártfogója, a szürrealizmus elkötelezett híve, Edward James és egy már az ő birtokában lévő Dalí-kép, a „Narcisszus metamorfózisa” tette ki Zweig mellett a vendégsereg többi részét. Dalí a *Minotaure* folyóiratban megjelent, Millet-festményről szóló paranoia-kritikai írását is elvitte Freudhoz, aki ekkor már nagyon beteg, alig hallja a beszédet („süketség” – írja naplójában arra a napra)¹, de valami lényeges dolog azért benne is megformálódik e látogatás nyomán. Erről szól a látogatás után Zweignek küldött levele. A látogatás egyfajta, lacani értelemben vett „mester-jelölő” volt, egy érdekes, összefüggő, de többirányú értelemmel bíró esemény. Komponensei: a bemutatott kép és vers kapcsolódó üzenete, Dalí festészet-konceptiója (a paranoia-kritika a Millet-képhez kötve), aztán a látogatás utáni Freud-levél iránya (mely az 1908-as „A költő és a fantáziaműködés” című esszé alap gondolatának továbbfűzése), és persze mind e mögött a freudi-lacani paranoia-konceptió, a paranoia mint a bensőség-artikuláció megformálásának sajátos módja.

Freud a következőket írta Zweignek a látogatás után:

„1938. 7. 20.

Kedves Doktor Úr,

valóban köszönettel tartozom Önnek a látogatókért, akiket tegnap elhozott hozzám. Eddig ugyanis hajlamos voltam abszolút (mondjuk 95%-osnak, mint az alkoholt) örülteknek tartani a szürrealistákat, akik szemlátomást engem választottak védőszentjüknek. A nyílt tekintetű, fanatikus szemű, tagadhatatlanul

¹ A látogatást sokan leírták, természetesen maga Dalí (2004, 36.) is. Az esemény legpontosabb leírása Ades, 2018, 13-14. A londoni Freud Museum 2018-ban kiállítást rendezett (*Freud, Dalí & the Metamorphosis of Narcissus*), és egy azonos című, könyv értékű katalógust is kiadott a látogatás 80. évfordulójára. A kiállításra kikölcsönözte a Dalí-képet a londoni Tate Gallery-ből, bemutatta Dalí kéziratait és Freudról készült rajzait, és a kiállítás zárásaként konferenciát is rendezett „Narcisszus metamorfózisa” címmel.

nagy mesterségbeli tudással rendelkező ifjú spanyol azonban megváltoztatta ítéletemet. Valóban nagyon érdekes lenne analitikusan megvizsgálni egy efféle kép keletkezését. Kritikailag azonban még mindig elmondható, hogy a művészet fogalma ellenáll e bővítésnek, ha a tudatalatti anyag és a tudatelőttés feldolgozás kvantitatív tartalmai nem maradnak meg bizonyos határok között. De mindenképpen komoly pszichológiai probléma.²

Freud utolsó mondatának látszólag alkalmi megjegyzése átfogó művészetelméleti kérdést idéz. A Dalí-kép és -festészet kritikájaként azt veti fel, hogy vajon milyen mértékben kaphat a tudattalan folyamat megjelenést a kép tudatelőttés világában ahhoz, hogy a produktum még műalkotás maradjon. A problémát Freud 1908-ban, harminc évvel korábban részletesebben vázolta „A költő és a fantáziaműködés” című esszéjében, és a szürrealisták éppen erre próbáltak elméleti és művészi-gyakorlati választ adni. Életükben és műveikben kidolgozták, megélték és jelentősen továbbvitték azt a modellt, amit Freud 1908-ban jelzett. Az akkori Freud-írás első mondata szerint ugyanis „Mi laikusok mindig nagyon szeretnénk volna tudni, honnan veszi anyagát a költő, ez a különös személyiség, és hogyan éri el, hogy ezzel úgy elragadjon, és olyan érzelmeket ébresszem bennünk, amelyekre talán nem is tartottuk magunkat képesnek” (Freud, 1908, 59). Freud intenciója és a tanulmányban kifejtett koncepciója egy általános kérdésre, a szubjektivizáció (itt a műalkotás mint szubjektív tárgy, létező) természetére, az emberi vágy tárgyiasulási formájára, tárgyiasulási módjaira irányul. Breton, Bataille, Dalí és más szürrealisták megvalósítani próbálták ezeket a pszichoanalitikusan érzékelt, felismert szubjektivizációs folyamatokat. Filozófiai megfogalmazásban, de a freudi megközelítésre is érvényesíthetően a szubjektivizáció ilyen fogalma Michel Foucault programadó tézisében jelenik meg újra. Foucault arra törekedett, hogy feltárja „azoknak a különböző módozatoknak a történetét, amelyek az embereket a kultúránkban szubjektummá alakítják” (Foucault, 2002, 396). A szubjektivizáció a világ, az én és az élet-narratíva valamiféle tárgyiasulása; a tárgyak, a külvilág introjektív bevonása az énbe, illetve az én projekciója a valóságba (a szürrealisták e folyamatok eltérő típusait dolgozták ki). Foucault három módját jelzi a tárgyiasulásnak: Az első a világ anyagának mondható konstrukcióinak, formáinak a terepe (ilyen a nyelv, vagy éppen egy adott termelési mód, technikai eszközrendszer). A második az ún. „megosztó társadalmi gyakorlatok” közege, ahol „a szubjektum vagy önmagán belül van megosztva, vagy másoktól van elválasztva, és ez a folyamat eltárgyasítja”. A harmadik az, „amikor az emberek önmagukat alakítják szubjektummá”. Foucault feltételez egy átfogó erőt, tendenciát, a hatalmat (a hatalom akarását), amely mindhárom tárgyiasulási mód mögött fellelhető hajtóerőként működik. Freud a tárgyiasulások mögött másféle erőt, a *vágyat* (a tudattalant) találja, de amúgy ő maga is a foucault-i második, illetve harmadik szubjektivizációs módot, a tudattalan és tudatelőttés megosztási és önismereti formáit kutatja. „A költő és a fantáziaműködés” arról szól, hogy (elsősorban a művészetekre hivatkozva) az ember milyen módon hozza létre a szubjektivizált, de a bensőségéhez, fantáziáihoz képest heterogén tárgyiasulást, azaz önmagát mint tárgyat (az ént), az önmagát artikuláló,

² Stefan Zweig és Sigmund Freud levelezése. Ford. Kajtár Mária. Budapest: Balassi, 1993, 156. A kötetben megjelent fordítást módosítottam: az utolsóelőtti, elméleti szempontból legfontosabb mondat épp a kulcsszavakban téves fordításban jelent meg.

megformáló másféle tárgyait, itt elsősorban a műalkotásokat. Freud is három területet jelöl meg, ezek nem a szubjektivizáció terepei, hanem a szubjektivizálási folyamat lépéseit jelzik, azt, hogy a vágy honnan származik, hogyan artikulálódik, és hová, milyen hatáshoz vezet.

Általános elvként állítható, hogy „az irodalom szerkezete bizonyos értelemben megegyezik a lélek³ szerkezetével” (Brooks, 1998, 44), mindkettő antropomorf, szubjektivizált, azaz szubjektíven működő tárgy. Paul de Man jelzi, hogy ez a kapcsolat pontosan a két terep, az irodalom és a pszichoanalitikus olvasás (terápia) személyesség-feltáró/felbontó kapcsolatára is felhívja a figyelmet: „az irodalom a maga módján olyan dekonstrukciót hajt végre, amely párhuzamban áll a személyiség Freud által véghezvitt pszichológiai dekonstrukciójával. Innen nézve könnyen érthetővé válik az irodalomkritika és a pszichoanalitikus kritika közti kölcsönhatás intenzitása” (de Man, 1999, 236). Ez utóbbi gondolat segít Dalí paranoia-kritikai elvei elméleti elhelyezéséhez. E szubjektivizáltság működését Freud (és talán a pszichoanalízis általában) a fantázia átfogó értelemben vett jelenségében fedezi fel. A fantázia Laplanche és Pontalis (1994, 182) definíciója szerint „elhárító folyamatok által többé-kevésbé eltorzított képzeletbeli jelenet, amelyben a szubjektum jelen van”, és amely „többé-kevésbé torzított formában valamely tudattalan vágyat jelent”. A fantázia, és ez például Dalí esetében kifejezetten fontos lesz, sokféle formájú, akár hallucináció (azaz tökéletes valóság-teremtődés) is lehet, „tudattalan séma, mely akár a személyest is meghaladja” (Laplanche – Pontalis, 1994, 183), de ilyen fantáziált, hallucinatorikus természete, működése van az álmoknak, vagy akár a nappali ábrándozásoknak is. Freud a fantázia realizálása, külső tárgyiasulása⁴ kapcsán beszél aztán a gyerek-játékról, hiszen „a gyermek fantázia-világot teremt, amit nagyon komolyan vesz, azaz igen nagy affektusmennyiséggel ruház fel, miközben élesen elkülöníti a valóságtól”⁵, de „minden egyes ábránd vágyteljesülés, a ki nem elégitő valóság korrekciója” (Freud, 1908, 60-61).

Freud költészet-esszéje végén tér ki arra a bizonyos második (folyamatos jelen) időre (az első idő, a múlt, a forrás a költő korábbi élete volt), arra, hogy „a költő milyen eszközökkel éri el művével keltett indulati hatást”, tehát arra, hogy hogyan működik a szubjektivizáltság egy bizonyos tárgyban, műalkotásban. Mi történik, mi kell hogy történjen az egyébként nem vonzó személyes fantáziával ahhoz, hogy műalkotásként felkeltse a recepció áttételes kapcsolatát? Hogyan néz ki a szubjektivizált tárgy, szöveg, kép? Freud kétféle eljárást jelez. Az egyik esetében „a költő az álmodozások egoista jellegét változtatásokkal és leplezésekkel enyhíti”, azaz retorikai technikával egy alternatív, de az eredeti fantázia-tartalomra mégis figuratívan visszakapcsolódó tárgyi, képi, történeti világot épít fel. A másik esetében „megveszteget minket tisztán formális, azaz esztétikai öröm-juttatással, amit fantáziájának megfogalmazásával nyújt” (Freud, 1908, 64). Az első elem, a produkció

³ Itt én inkább „az Én szerkezetével” kifejezést használnám.

⁴ Freud ugyanakkor nagyon következetesen elválasztja egymástól a valóságot és a fantáziát, újra és újra visszatér a „valóságpróba” kérdéséhez.

⁵ Erre az „élesen elkülöníti a valóságtól” félmondatra még később, a monisztikus versus dualisztikus koncepció kapcsán még visszatérek, ez egyike azon elemeknek, ahol a szürrealisták mást gondolnak, mint Freud.

performatív lépése, aktivitása a „pótlék-képzés”⁶, a második elem a megformálás, párhuzamok, ritmusok, vagyis az, hogy sajátos strukturalizáltságok jelennek meg a műben (Freud itt a későbbi jakobsoni „poétikai funkció” pszichoanalitikus változatát jelzi). E második elem kapcsán Freud további részletet fejt ki: a megformálódó szubjektivitást *előörömnék, csábítási juttatásnak* nevezi. Az előöröm rejti „a forma erotikáját” (Brooks, 1998, 47), az örömhöz (a vágyhoz) való strukturált eljutás (vagy éppen elzárás) útját, melyben az élményt, az élvezetet nem az öröm maga (hiszen a vágy sosem elégíthető ki), hanem a felé tartás, felé indulás lehetősége adja. A vágy az *ellenállás* transzformációjában artikulálódik. Ugyanezek az aktivitások jellemzik az introjekción és projekción keresztül megtörténő szubjektivizációt például a saját én(tárgy) kiképzésekor, a saját élet strukturált narratívájának (egy életprogramnak vagy éppen egy implicit vagy explicit önéletrajznak) megformálásakor is. A két folyamat, aktivitás persze összefügg, és ismerjük azokat a modelleket, tipikus módokat, amelyeken keresztül a szubjektivizáció szokásosan megtörténik. Amit a szürrealisták majd megtesznek, az nem más, mint hogy a művészi és élettevékenység alapjaként, természeteként kidolgozzák az előöröm aktivitás sokféle lehetőségét, végrehajtási módját. Arra keresik a választ, hogy hogyan lehet pszichoanalitikusan művészetet és életet teremteni. A szürrealisták, a pszichoanalízist olykor nagyon tudatosan használva, máskor kevésbé bevallottan párhuzamosan a bensőség-artikuláció (azaz bensőség teremtés és bensőség megismerés) poétikai laboratóriumát működtetik.

André Breton a pszichés automatizmusok, a szabad asszociáció, az álom és a hisztéria mentén gondolja el a pótlékképzés és az előöröm-formálás aktivitását. Eltérő közelítés Salvador Dalíé, aki először Breton nyomán halad, majd 1929-től vezeti be a paranoia előöröm-képző szerepét. A pszichoanalitikus modell a szürrealistáknál úgy működik, hogy elméleteikben és életgyakorlatukban voltaképpen Freud rövid tanulmányának „fantáziaműködés” (*Phantasieren*) fogalmát dolgozzák ki. Vannak másféle előöröm strukturálási, fantázia-működési módok is, más szürrealisták (Bataille, Éluard, Soupault és különösen Artaud) más-más analitikusan-patológiásan értelmezhető artikulációs folyamatokat tartanak fontosnak. Talán az egyik legfontosabb ilyen (Dalínál a paranoia mellett vagy azzal keveredve) a fétisizmus, „az az érdekes fenyegetés, hogy a »megfelelő« vég felé haladva útközben valami feltartóztat bennünket, és közben összetévesztjük az eltolt helyettesítőt vagy szimulakrumot magával a dologgal” (Brooks, 1998, 47). A fétisizmus⁷ és a paranoia már több és más, mint az álom, amely még az elfojtottra támaszkodik: ezek az „előörömök”, „csábítási juttatások” már traumatikus háttérből, azaz egy eltérő, de ugyanúgy megalapozó lelki szemiotikából származnak.⁸ A folyamat kulcs-eseménye, általános értelemben vett performatív mozzanata a bensőség-artikuláció aktivitása, az „előöröm”. E komplex, a vágy egész többszintű, többlépésű működését magába

⁶ A „pótlék” fogalmát Freud az álom kapcsán hozza fel, lényege az, hogy a pótlék (*Ersatz*) nem metaforikus vagy referenciális utalás, titkos útmutatás valami rejtettre, hanem az eredeti helyébe kerülő valami, az elfojtott affektust/képzetet kifejezetten torzító képi-nyelvi artikuláció.

⁷ Brooks írja, hogy „a fétisizmus nagyon fontos jellemzője az irodalomnak, talán leginkább narratív irodalom »realista« fázisának, ahol tárgyak, részletek, metonímiák színekdochék határozzák meg a személyek, helyek és cselekmények fokozatos létrehozását” (Brooks, 1998, 47).

⁸ A traumatikus hátteret már jelzi Freud fogalomhasználata. Az előöröm (*Vorlust*) mellett ugyanis alternatív kifejezésként hozza be a „csábítási juttatást” (*Verlockungsprämie*), és ez már arra a csábításelméletre, trauma-konceptióra utal, amit Freud a kezdet kezdetén minden neurózis háttereként fedezett fel.

foglaló jelenség neve (az „előöröm” terminus) némiképp félrevezető. Pontosabb lenne „vágy-protézist”, „vágy-helyettesítő tevékenységet” mondani, mert háttérben mindig tudattalan fantázia-folyamatok artikulációs kényszere áll, és az előöröm nem eredeti vágyteljesülés, azaz sosem az „öröm” maga, hanem az öröm, a vágyteljesülés „pótléka”, metaforikus és metonimikus elrejtő, torzító prezentációja, performatívája, amely – miközben ad valamit – örök hiánnyal (kínnal) is jár, szerzőnél és befogadónál egyaránt.

Mindebből abszolút tanulságos az, hogy a szürrealisták pszichoanalitikus szemszögből is értelmes módon a bensőség-tárgyasulás lehetséges módjait dolgozzák ki. Azok az összefüggés-rendszerek, tipikus karakter-stratégiák, amelyek az én primér nárcisztikus forrásaiból építenek fel egy személyt, a szürrealizmusban episztemológiai rendszerekként, jellemző bensőség-diszkurzusként képekben, irodalmi szövegekben kapnak formát, és visszamenőlegesen patológiai változatok segítségével nevezhetők meg. Ezekről a patológiai megnevezésekről írja Slavoj Žižek, hogy „a freudi klinikai elnevezések (hisztéria, kényszeres neurózis, perverzió stb.) nem »objektív«, a páciens megbélyegző osztályozások; sokkal inkább szubjektív attitűdökre, »egzisztenciális projektekre« vonatkoznak, melyek a szubjektum konkrét interszubjektív helyzetéből fakadnak, s amelyekért a szubjektum, szabadsága birtokában, végeredményben felelős” (Žižek, 2002, 422). A szürrealizmus jelentősebb alkotóinak olvasása mentén talán megkockáztatható néhány ilyen bensőség-episztemológia felfedezése. Eszerint (mint majd próbálom bemutatni) Breton a *hisztéria*, Dalí a *paranoia* és (akire nem tudok most kitérni) Artaud a *skizofrénia* mentén tudja elérni, dekonstruktív módon megfogalmazni a lelki mélység regresszív enigmáit. Dalí „A képzelet függetlenségének kiáltványá”-ban írja, hogy „minden ember egyenlő a saját örületében és az örület (a tudattalan zsigeri kozmoszában) teremti meg az emberi szellem közös alapjait” (Dalí, 1939).

André Breton és a pszichoanalízis – a hisztéria-kritika modellje

A szürrealizmus vezéralakja, prófétája, André Breton már igen korán, a szürrealizmus megfogalmazása előtt találkozik a pszichoanalízissel. A frissen végzett fiatal orvost a háború kitörése után, 1916-ban a Saint-Dizier-i pszichiátriai osztályra küldik, melynek pszichiáter vezetője Dr. Raoul Leroy, Charcot korábbi munkatársa volt. Breton egy Freud eszméit összefoglaló könyvet kap tőle, és elsajátít egy a korabeli francia kontextusba épült (Pierre Janet, Clérambault, Charcot) pszichoanalitikus pszichiátriai elgondolást és (a szabad asszociációra alapuló) gyakorlatot (Roudinesco, 1997, 21-22). A szürrealizmus kiáltványa 1924-ben visszaemlékezik erre az időre: „sokat foglalkoztam akkoriban Freuddal⁹, akinek vizsgálati módszerével alkalmam volt megbarátkozni, mert a háború alatt magam is alkalmaztam őket a betegeimnél, elhatároztam, hogy magamból csikarom azt, amit tőlük szoktunk kicsikarni, vagyis a lehető legsebesebben áradó monológot, amelyet az

⁹ Breton 1921 októberében (aztán majd 1932-ben is) meglátogatja Freudot Bécsben. A találkozó azonban rosszul sikerül, Freud nem érti a szürrealistákat, Breton pedig konzervatív kispolgárnak látja a kopottas rendelőben őt fogadó pszichoanalitikust.

illető egyetlen bíráló ítélettel sem illet” (Breton, 1924, 182). Ez a szabad asszociáció, az automatikus írás elve lesz a bretoni, korai szürrealizmus poétikai alaplételem, de ez lesz a szürrealista élet- és szubjektivitás-centrum is. Breton jelzi, hogy „nemrég fény derült a szellemi világnak egy részére, szerintem messzemenően a legjelentősebbre, arról a területről van szó, amellyel illetett nem törődni. A fényt Freud felfedezéseinek köszönhetjük” (Breton, 1924, 175).

Breton sajátos monista pozíciót mutat, nem egyszerűen azzal szembesít, hogy az ébrenlét mellett életünk jelentős részét alvással töltjük. Nem az ébrenlét és álom dualizmusát vallja, hanem sokkal inkább azt, hogy az álom (a fantázia, a hallucináció) a létezés, az élet (és persze a művészet) alapvető karaktere, amit olykor korlátozunk, zárójelbe teszünk, egy „racionalizált, torzított fantáziát” képzünk, és azt ébrenlétnek hisszük, mint mondjuk. Igazából csak az álom jellegű tudattalan artikuláció létezik, működik, mert „az álom és valóság, ez a két látszatra nagyon ellentétes állapot összeolvad valamilyen tökéletes valóságfelettségben, *szuperrealitás*ban, ha szabad így mondanom” (Breton, 1924, 180). Köznapi értelemben az ébrenlétet logikusnak, az álmat fragmentálnak hisszük, de Breton szerint az „Az álom minden jel szerint folyamatos, és a szervezethez nyomot viseli magán. [...] Miért ne lehetne az álmat is felhasználni az élet alapvető kérdéseinek megoldására?” (Breton, 1924, 177-178). Freud azonban – jelzik a szürrealisták –, bár az álomi lét prófétája, mégis reduktív, konzervatív pozíciót foglal el. Nála ugyanis élesen elkülönül az álom-tudat és az ébrenlét-tudat, ezzel pedig két külön szubjektív létezési forma, az álomi-lelki és a valós világ ténylegessége tételeződik. Azaz Freud egy duális rendszeren belül gondolkodik. Freud dualizmusa kétségtelen, írásaiban, így a költészet-esszéiben is rendszeresen jelzi, hogy a fantázia vagy éppen a játék határozottan elkülönül a valóságtól, a gyermek vagy éppen a felnőtt világosan meg tudja egymástól e kettőt különböztetni, és gond nélkül létezik is hol egyik, hol másik terepen. Breton a *Közlekedőedények* című könyvében részletesen felidéz, és sok helyen kritizálja is a freudi koncepciót (Breton, 1932, 12-13), mintha egy radikálisabb, csak a lélek bensőségére építő, életet szervező egzisztenciális álomfogalmat, egy pszichoanalízishez hívebb pszichoanalitikus elgondolást lenne hajlandó elfogadni. Így lesz aztán a szürrealizmus (mely nem, vagy nem elsődlegesen művészi irányzat, hanem kiemelten „magatartásmód”) definíciója az első kiáltványban a következő: „A léleknek olyan zavartalan működése, melynek célja szóban, írásban vagy bármi más módon kifejezni a gondolkodás valódi működését. Többletmondott gondolat, független az értelem bármilyen ellenőrzésétől, s minden esztétikai vagy erkölcsi törekvéstől” (Breton, 1932, 192).

Breton számára a szürrealista létezésnek és alkotásnak esszenciálisan álominak kell lennie. Az irodalom álomi jellege persze a pszichoanalitikus irodalomtudomány közhelye, már Freud is említi „A költő és a fantáziaműködés” esszéiben. Breton és a szürrealizmus számára azonban ennél karakteresebb, másféle értelme van ennek az elvnek. A *Közlekedőedények* című könyvében Breton leírja egy álmát, majd részletes álomfejtésbe kezd (Breton, 1932, 23.). Az „1931. augusztus 26-i álom” (Nosferatu álom) bretoni prezentálása, megfejtése azonban kísértetiesen hasonlít Freud klasszikus „Irma álma”, a pszichoanalízis mintaálma módszerére, lépéseire. Nincs lehetőségem részletes tartalmi ismertetésre, de az értelmezés, Freudéhoz hasonlóan, először az álom

elmondásával kezd, ehhez Breton (akárcsak egykor Freud) „Megjegyzés a magyarázathoz” fejezetet illesztett, ahol elmondja az álom személyes kontextusát, majd belekezd az álom analízisébe. Ugyanazt a midrash technikát használja, mint Freud: kivesz az álomleírásból egy rövidebb részt, mondatot, majd ehhez elmondja az asszociációit:

„*Valaki jelez nekem, hogy ne jöjjenek be*” álom-elemre a következő asszociáció jön: »Banális kifejezése ez vágyamnak, amit már megfogalmaztam, hogy ne legyek jelen ha Nadja ott van, hogy elkerüljem X-szel a szükségtelen és nyomasztó új magyarázatokat.« A »*Valami homályos ügy*« töredékmondatra pedig ez: »Utalás egy kétséges társra, akit X szokott tartani. Megszídom azért, hogy együtt tud élni egy olyan valakivel, aki korábban börtönbe próbálta zárni, hamis tanúkat hozott ellene«”. (Breton, 1932, 28).

A rövid részletből is világos, hogy az álom-elemek nem elsősorban metaforikus mélységük (titkos értelmük) irányába interpretálódnak, hanem egy metonimikus-asszociatív sorozatba épülnek be. A Breton-álom kapcsán például elképzelhető, hogy az álom kezdetén is már megjelenő és újra meg újra felbukkanó idős nő („Egy idős, bolond nő, aki nem messze a Villiers metrómegállótól áll és figyel...”) metaforikus értelme könnyen lehet egyfajta anya-figura. Breton értelmező asszociációiban viszont ő Nadja, 1928-as önéletrajzi regényének (egyébként fiatal és meglehetősen bolond) szereplője. Az álom-asszociáció Nadja utalása nem metaforikus, sűrítéssel keletkezett értelem, hanem eltolással, metonimikusan konstruálódik. A metonimikus, eltolásos elemek halmozása az értelem metaforikus szintje helyett hasonló tárgyi struktúrák sorozatává lesz, és a szövegben jól érzékelhetővé válik az álommunka ilyen működése. A bretoni (és e korai, Dalí előtti) szürrealizmus karakteres vonása pontosan ez: az álommunka strukturálási zűrzavarának a közvetlen szövegszerű megjelenése. Az álommunka kiradírozza a jelentést, az értelmet, vagy legalábbis dekonstruktív módon kontrasztoszza azt. Csak egy minimális példával, Breton *Napraforgó* című versének egy részletére¹⁰ utalnék:

Az utazó hölgy aki átvágott a Vásárcsarnokon a nyár leszálltakor
Lábujjhegyen haladt
A kétségbeesés az égen görgette gyönyörű és hatalmas kontyvirágait
És kézitáskájában hevert az álom az illatos üveg
Amit egyedül csak az Isten keresztanyja szagolt
A kábulat szétterült mint a pára
A Pipázó kutyában
(Parancs János fordítása)

A vers, akár egy álom, összerak egy metaforikus képi és narratív sorozatot, amely azonban folytatólagosan megkérdőjeleződik destruktív értelmekkel, a történetet metonimikus (katakretikus) elemek folyamatosan fragmentálják, felülírják, azaz mintegy az olvasóra kényszerítik a szokásos, hagyományos irodalmiságban a romantika óta gyakorolt bensőség-reprezentáció értelmességét, hermeneutikai felfejthetőségét.

¹⁰ A szöveg forrása: Karafiáth, 1999, 48.

Az álom ilyen (a jelentésközlést meghaladó retorikai) természetét már Freud is jelezte. Az Irma álom megfejtésekor még határozottan a teljes jelentés-lehetőség elvét helyezi előtérbe, az Irma-álom elemzésének végén már kijelenti, hogy a megfejtés eredményeként „az álom »értelme« feltárult”, és hogy az álom „tartalma tehát: vágyteljesülés, motívuma: vágy” (Freud, 1900, 93). Ez a fajta álomszerűség egy klasszikus, romantikus irodalmi mű domináns sajátja lehet, de épp ezt próbálta a szürrealizmus egyfajta mélyebb lelkiség felnyitása felé meghaladni. Freud maga is ellép ettől a konstruktív, mondhatnánk logocentrikus álom-értelemtől, mert egy 1925-ben beillesztett jegyzetben (meg már az eredeti álommunka fejezetben is) világosan utal egy alternatív alap-jellemzőre: „Most, miután legalább az analitikusokat sikerült megbarátkoztatnom azzal a gondolattal, hogy a nyilvánvaló álom helyébe az analízis révén nyert jelentést kell tenni, egy másfajta összetévesztés bűnébe esnek és makacsul ragaszkodnak is hozzá. Ebben a lappangó álomtartalomban keresik ugyanis az álom lényegét, és közben nem ügyelnek a lappangó álomgondolat és az álommunka különbségére. Alapjában véve az álom nem más, mint gondolkodásunk sajátos formája, mely az alvás állapotának feltételei között válik lehetségessé. Ezt a formát az álommunka hozza létre, mely az álom egyedüli lényeges vonása, sajátosságának egyetlen magyarázata” (Freud, 1900, 352). Freud itt az álomtartalom fontossága fölé helyezi az álommunka retoricitását, azt, hogy itt egy sajátos *formáról* van szó, egy az adott pillanatban érvényes vágyon működő retorikai eseményről. Breton pontosan ezt műveli, a tartalmi-metaforikus bensőség-reprezentáció mögött megmutatja a létrehozó, aktiváló performatív szubjektivitást. Ez a szürrealista teremtés nem egy szimbólumot, egy jelentésteli, hermeneutikailag felfejthető képet, bensőséget, azaz álmot alkot, hanem ontológiai értelemben előzetes *álom-teremtés* folyamatát indítja el, azaz a mechanizmust, az álommunkát teszi a képen, a szövegben érzékelhetővé, artikulálttá. Nem véletlen tehát, hogy a szürrealista produktum lényegileg értelmetlen. („A költemény szükségképpen az értelem összeomlása” – írja Breton és Éluard a „Jegyzetek a költészetéről” című esszéjében¹¹, Freud az értelem mellőzéséről ír.) Nem az elkészült képet, álmot hozza, hanem azokat a kifejezetten torzító, elrejtő, sűrítő (metaforikus) és eltolásos (metonimikus) aktivitásokat mozgósítja, amelyek (a narrativizálás és képesítés mellett) az *Álomfejtésben* az álommunkát jelentik.

E folyamat reprezentatív példája a rébusz, a képrejtvény, amellyel (egy rébusz példával) Freud könyvében az álommunka fejezetet indítja. A rébusz nem „hasonlít”, nem ábrázol valamit, hanem különféle retorikai technikák sorozata, ad képet, szöveget, matematikai egyenletet stb., amelyekből képegész nem következtethető ki. A rébusz megoldása nem az ábrázolt, hanem a kép nevének a szóalakja, mintegy „fordítás” történik a különböző megjelenítési módok határainak áthágásán keresztül. Breton előbb jelzett szürrealisztikus prezentációi a bensőség *rébusz-természetét* mutatják. Freud hasonlóképpen: „Az álomtartalom olyan, mint a képírás (*Bilderschrift*), amelynek jeleit egyenként kell lefordítani az álomgondolat nyelvére.” (Freud, 1900, 199.)

Breton, Max Ernst és a szürrealisták (Dalí különösképpen) gyakran és művészi programjuk, életfelfogásuk jelszavaként hivatkoznak Lautréamont nevezetes sorára a

¹¹ Karafiáth, 1999, 237.

Maldoror énekéből: „szép, mint a varrógép és az esernyő véletlen találkozása a boncasztalon”. Freud valami egészen hasonlót lát az álom lényegeként: „Vegyük a következő képrejtvényt (*Ich habe etwa ein Bilderrätsel (Rebus) vor mir*), egy ház, melynek tetején csónak található, azután egy magában álló betű, aztán egy futó alak, amelynek fejét egy vessző eltünteti” (Freud, 1900, 199). Freud kizárja a megfejtési lehetőségekből azt, hogy az egész képrejtvény mondjon valamit („előfutáraink [...] azt a hibát követték el, hogy a rejtvényt rajzkompozíciónak vették”). Azaz úgy véli, hogy a rébusznak vagy éppen az álomnak nincs vagy éppen félrevezető koherens jelentést, képi értelmet tulajdonítani. Freud javaslata az, hogy „minden képet olyan szótaggal vagy szóval helyettesíték, amely valamilyen vonatkozása miatt képileg ábrázolható” (Freud, 1900, 199). És hozzáteszi, hogy „ilyen képrejtvény az álom is”. Freud azt jelzi, még hozzá meglehetősen hangsúllyal, hogy a koherenciát (az álom megfejtésben vélt megtalált értelmét) egy mélyebb szintről származó retorikai játék (az álommunka láthatóba emelése) felé kell továbbvinni. A pszichoanalitikus álomfejtő persze nem feltétlenül ilyen közvetlen megjelenéssel találkozik az álmokban (az *Irma álom* a felszínen nem ilyen rébusz-szerű, hanem logikus, koherens elbeszélés, valójában az asszociációk zavarják össze, rébuszosítják), az álomfejtésben résztvevőknek (elsősorban az álmodónak magának) fel kell fedeznie az álomszövegben ezeket a sokszor a totalizálás, értelmesség megtévesztő varázslatával elfedett formai retorikai mechanizmusokat. Az álom az olvasása, megfejtése során „rébuszosodik”, ha a megtévesztő koherencia, a „rajzkompozíció” megbontódik. Ha az álomhoz az álmodó vagy az olvasó asszociál, akkor az álmot rébuszá formálja, és felszámolja annak látszólagos koherenciáját. Az idézett rébusz annyiban más mondjuk az Irma álomhoz képest, hogy itt a felszíni koherenciába tör be, közvetlenül láthatóvá és a koherens jelentést rombolóvá válik az álommunka retorikai aktivitása, a rébusz-jelleg. Némi iróniával itt vissza lehet kapcsolni a Stefan Zweignek írott levél idézett mondatára, hogy „a művészet fogalma ellenáll e bővítésnek, ha a tudatalatti anyag és a tudatelttes feldolgozás kvantitatív tartalmai nem maradnak meg bizonyos határok között”. Az álom, az álomfejtés fogalma vajon hol húzza meg ezeket a határokat, egyáltalán vannak-e határok. A szürrealizmus, de voltaképpen minden modern, posztmodern irodalmi trend, mű esetében megtörténik ez, hogy a rébusz már magában az elsődleges szövegben is megjelenik. Klasszikus példája ennek Joyce *Finnegan's Wake* című regénye, ahol Joyce éveket töltött el azzal, hogy az „értelmes” (azaz az értelemmel félrevezető) szöveget „elhomályosítsa”, felhossa belé azokat a szétszóró retorikai tendenciákat, amik egyébként csak az asszociációkban jelennek meg. Breton eljárása vagy éppen Dalí paranoia-kritika módszere is ide tartozik: a képbe vagy a szövegbe hozzák be az álommunka retorikai mechanizmusait, elsősorban a metaforikus és metonimikus dekonstruktív összekeverését. Dalí pontosan tudta ezt, a „paranoia-kritika”, mely nála egyszerre kép-teremtő és kép-értelmező aktivitás, a képbe vonja be a vágy álommunkaszerű transzformatív retorikai mechanizmusait. Amit a szürrealizmus kapcsán pedig mindenképpen látni kell, az az, hogy a műalkotás, sőt maga az élet is akkor képes a bensőség ilyen valós mélységének megjelenítésére, ha képes ezt elérni, a felületén megjeleníteni az álommunka/retorika adott képpel, történettel összekuszálódott mechanizmusát.

A rébusz-természet a szürrealista műalkotás radikálisan új természeteként gyakorolt és felismert jellemző. A rébusz (az álommunka) persze, ha követjük a szürrealizmus útját, nem egyetlen, nem kizárólagos szubjektívizálási mód lesz, hisz rövid időn belül megjelenik a színen Salvador Dalí, aki az álom helyett majd a paranoiát teszi a középpontba, és mint megmutatnám, a rébusz, a rébusz jelenség továbbviteleként helyébe az *anamorfózist* emeli be.

Az álom és az álommunka eljárásának ilyen értelmű szürrealista hasznosítása a műalkotás-produkció és recepció folyamatában azonban egy átfogóbb pszichoanalitikus-antropológiai strukturáltságot, a szubjektívizáció egy sajátos útját jelzi. A kapcsolható szubjektívizációs modalitás pedig a *hisztéria*, vagy Dalí paranoia-kritikájával párhuzamos névvel illetve: a *hisztéria-kritika*. A hisztéria a pszichoanalízis genezisének szubjektívizációs stratégiája, a pszichoanalízis a 19. század utolsó évtizedeiben a hisztéria jelenségéből, problémájából született. Freud Párizsban csodálattal figyelte Charcot szemináriumi mutatványait, hallgatta radikálisan új hisztéria-elgondolását. Breuerrel együttműködve aztán 1893-ban egy tanulmányt, majd 1895-ben *Tanulmányok a hisztériáról* címmel külön könyvet jelentetett meg. Ebben a könyvben szerepel az a nevezetes tézis, hogy „a hisztériások főként emlékektől szenvednek” (Freud – Breuer, 1895, 7), vagyis hogy a hisztériások (külső) testi tünetei voltaképpen elfojtott, disszociált (belső) emlékek testi vagy motorikus konverziói. Az elfojtott, leválasztott tartalom mindig vágyszerű, erotikus természetű, amit a hisztériás tünet gyakran eltüntet, átír, ennek nyomában szorongás keletkezik. A hisztéria egy sajátos szubjektívizációs mód, antropológiai általánosságú tárgyiasítási aktivitás, a vágy egy sajátos artikulációja. Freud költészetről szóló esszéjének gondolatait erre lefordítva a hisztériás tünet a játékkal, a fantáziával párhuzamos jelenség, benne egy tudattalan, belső élmény, affektus „képpé kép-ződik”.

Breton már nagyon korán, 1916-os olvasmányai közben megismerkedett Freud mellett Charcot, Bernheim, Pierre Janet és más jelentős hisztériát kutató szerzők műveivel, és ő maga a háborús frontról visszatérő traumatizált katonák reakcióit is hisztériás patológiaként olvasta. A „hisztéria-kritika” elv egyértelmű megfogalmazása azonban 1928-ban történik: Breton és Aragon a *La Révolution Surréaliste* márciusi számában egy „A hisztéria ötvenedik évfordulója”¹² címmel közösen írt kiáltványt tett közzé (Breton – Aragon, 1928). „Mi, szürrealisták a hisztériának, a 19. század vége legnagyobb költői felfedezésének ötvenedik évfordulóját ünnepeljük akkor, amikor a hisztéria fogalmának feldarabolása befejezettnek tűnik. Mi semmit sem szeretünk annyira, mint azokat a fiatal hisztériásokat, akiknek az aprólékos megfigyelésére kiváló példa az édes X.L. (Augustine), aki 1875. október 21-én, tizenöt-és- fél-évesen a Dr. Charcot vezette Salpêtriére-i intézetbe került.” (Breton – Aragon, 1928, 153-154.) Aragon és Breton lelkesedéssel szól a Salpêtriére bentlakó orvosairól, akik a gyógyító munka (a hisztériás páciensek hipnotizálása, velük való terápiás beszélgetés) mellett életbe oltott gyógyító aktivitásként éjszakánként lelkesen látták vendégül ágyukban az osztály csinos hisztériásait. Breton és Aragon azért kritizálja Freudot, mert az nem vitte tovább az élet poetizálásába a hisztéria stratégiáját: „Freud, aki Charcot-hoz hasonlóan még kell hogy emlékezzék arra az időre, amikor a Salpêtriére-i

¹² Lásd e számunkban.

gyakornokok – a túlélő szemtanúk szerint – összekeverték a szakmai feladatokat és szerelmi vágyukat, amikor az éj beálltával a betegek odakint csatlakoztak hozzájuk, vagy az ágyukba fogadták őket.” (Breton – Aragon, 1928, 154.) Rabaté megjegyzi, hogy a hisztéria egyik legfontosabb képi megjelenítése, Charcot fotói nagyon is megmutatták ezt „szenvedélyes attitűdöt”, olyan képek ezek, amelyeken félig felöltözött nők különös, kicsavart pozícióban, valami másvilági eksztázisban mutatkoznak” (Rabaté, 2003, 64). Itt már összekeveredik, aztán majd a testen, a testi kapcsolaton keresztül reprezentálódik az elfojtott vagy éppen szabadon engedett vágy, a szexuális kielégülés, itt az öröm-aktivitás nem áll meg az előörömnél, a direkt öröm a tünet és kezelés részévé lesz (Breton – Aragon, 1928). A hisztéria mint „legnagyobb poétikai felfedezés” radikális bensőség-artikulációs módként értelmeződik, egy olyan karakteres jellemző, amely szerint minden bensőség-feszültség a saját test vagy saját viselkedés „műalkotásán” keresztül reprezentált. A hisztériás mintegy megálmodja önmaga testi mivoltát, álmképe, manifeszt álma a saját teste, személyes élete. Breton és Aragon hisztéria-definíciója ezt hangsúlyozza: „A hisztéria többé-kevésbé visszafordíthatatlan mentális állapot, amelyben felbomlik a kapcsolat a szubjektum és az erkölcsi világ között, amitől hite szerint függ, nem számítva a téveszmék rendszerét. Ez a mentális állapot a kölcsönös csábítás szükségletén alapul, és magyarázatot ad az orvosi szuggesztió (vagy ellen-szuggesztió) elhamarkodottan elfogadott csodájára. A hisztéria nem patológikus jelenség, hanem minden szempontból a kifejezés fenséges eszközének tekinthető” (Breton – Aragon, 1928, 155).

Freud a korai Breuerrel közös könyv után folyamatosan, újra és újra visszatér a hisztéria problémájához. Nemcsak az 1905-ös Dóra-eset kiemelkedő, hanem több rövid tanulmányt is közöl a témáról 1905-1909 között. Az egyikben kifejezetten összeköti az álmodást és a hisztériát (Freud, 1909), jelzi az álom és a hisztéria szexuális háttérű tudattalan természetét. A tanulmány első mondata már jelzi a hisztéria azon sajátosságait, amelyek mentén Breton poétikusnak minősítette azt: „Ha az analitikus olyan hisztériás nő-páciens analízisét végzi, akinek panaszai rohamokban jelentkeznek, gyorsan rájön arra, hogy a rohamok nem mások, mint fantáziák, amelyek lefordítódtak a motoros szférába, a mozgásra projektálódtak, és pantomimként jelentek meg” (Freud, 1909, 235). A hisztériás rohamot ugyanolyan értelmezésnek kell alávetni, mint az éjszakai álmokat, nyilvánvaló azonban, írja Freud, hogy itt „többféle fantázia összekeveredéséről van szó, többszörös azonosítás történik, a beidegződések akár antagonisztikus kifordítások is lehetnek, és hisztériás szcénák, színpadi jellegű performanszok születnek. Ezek a pantomimszerű fantázia-megjelenítések olyan torzításokon mentek keresztül, amelyek tökéletesen analógok az álom hallucinatorikus torzításával, mindkettő először érthetetlen a szubjektum saját tudata és a megfigyelő megértése számára” (Freud, 1909, 235).

A bretoni szubjektum-konstrukció háttérében az álomszerűség, az automatikus írás mögött egy megalapozó metapszichológiai elv is rejlik: a *hisztéria*. Breton és a korai szürrealisták úgy gondolták, hogy az álom és az automatikus írás (azaz a műalkotással gyakorolt szabad asszociáció) az érintkezési terep. Breton ezt a szürrealizmus alapszövegébe, kiáltványába is bevette, annak ellenére, hogy Freudnál tett bécsi látogatásai sorra kiábrándítók voltak. Freud egyáltalán nem értette a szürrealisták

törekvéseit. Fő (és végső soron abszolút jogos) kritikája az volt, hogy egy álom elmondása, megírása még messze nem megérkezés a tudattalanhoz, a manifeszt álom ugyanis egyszerre megmutatás és háritás, megmutatás egy olyan torzításon keresztül, amelynek a meg-nem-mutatáson keresztül történő megcselekvés a célja.

A paranoia kritika fogalma – Dalí pszichoanalitikus szürrealizmusa

A hisztériától a paranoiáig

Salvador Dalí az 1920-as évek végén csatlakozott a szürrealista mozgalomhoz. Először teljesen elfogadta az álom/automatizmus-modell meghatározó szerepét, de 1929 körül már egy másféle, a pszichoanalízisben hasonlóképpen jelentős¹³ szubjektum-építő diszkurzust, a *paranoiát* tette az alkotás és élet kreatív centrumába.¹⁴ Paranoiaként definiálódott nála az, ami Freud egykori tanulmányában a „költői fantáziaműködés” volt, a bensőség nyelvi-képi artikulációja eszerint nem fantázia-, vagy álom-alapú, hanem paranoiás aktivitás. A paranoiával, vagy ahogy ő definiálta, „a paranoia-kritikai módszerrel” a passzív álom módszer radikálisan aktívvá vált. Eszerint az álom készen kapott, látott, a paranoid projekció viszont a bensőség elvei szerint a látáson keresztül újjáteremti a világot, új, szubjektív valóságot hoz létre. Az átmenet nem azonnali volt, hanem Dalí fokozatosan (és a szürrealista mozgalom belső, hatalmi viszonyait, Breton súlyát ismerve abszolút taktikusan) mozdult el az álomtól a paranoiáig. Hivatkozik egyenest Bretonra. Majd azt írja, hogy „arra jutottunk, hogy a tárgyak világát, az objektív világot, mint egy új álom igaz és megjelenő tartalmát vegyük” (Dalí, 1932, 239). A tárgyak azonban nem az álom részei, a paranoia abszolút ébrenléti, tárgy-látási aktivitás. A paranoia Dalí értelmezésében egy sajátos valóság- (világ-, tárgy-) olvasási stratégia, nem a tárgy látása, hanem a tárgy „visszaválasza”, egy olyan mélyebb létezési mód, ami interpretációs kényszeren keresztül működik. Ezért lesz módszere, élet-aktivitása a „paranoia-kritika”. Az interpretáció paranoid gesztus, melynek működtetésével derül ki, hogy a spontán, mindennapi, „logikus” világ-érzékelés, létezés mögött egy valóságosabb (vagy Lacan terminusaival *Valósabb, Imagináriusabb*) másik átfogóbb valósággréteg működik. A „gondolkodom tehát vagyok”, mely Bretonnál már „álmodom, tehát vagyok”-ra íródott át, Dalí művészetében és gondolkodásában „paranoia-kritikát működtetek, tehát vagyok”-ká alakul. Dalí rövid definíciója a következő: „paranoia: rendszeres struktúrát magába foglaló delíriuma az interpretációnak; paranoia-kritikai aktivitás: delíriumos

¹³ Bretonhoz hasonlóan Dalí elképzelése is jelentős mértékben pszichoanalitikus olvasmányain alapult; még spanyolul olvasta Freud korábbi munkáit, de később megismerte a Schreber-esetet, olvasta a *Túl az örömelvent*, de ismerte a pszichoanalitikus mozgalom jelentős személyeinek munkáit is, sőt 1933-ban olvasta a fiatal Jacques Lacan paranoiáról szóló doktori értekezését és korai tanulmányait is.

¹⁴ Dalí pszichoanalitikus megközelítése kapcsán két kitűnő írást kell megemlíteni. Az egyik Kőváry Zoltán (2008) „A vágy talánya” című tanulmánya, amely elsősorban Dalí életrajzából és kreatív önteremtődéseiből indul ki. A másik Szabó Z. Pál (2008), aki az *Andalúziai kutya* című filmről írt pszichoanalitikus értelmezést.

asszociációk és interpretációk rendszeres és kritikai objektívációján alapuló spontán módszerű kritikai tudás” (Dalí, 1935, 267).¹⁵

Dalí egy 1932-es hosszabb tanulmányában a szürrealizmus három fázisáról és ezekben az eltérő tárgy-képzetekről ír. Az első a klasszikus bretoni álom, automatizmus-pozíció, melyben felismerődött és passzívan befogadásra került a titkos belső mélység. A másodikban a szürrealisták már kísérletet tesznek e mélység aktívabb megtalálására, „a közbeavatkozás szándékára” (Dalí, 1932, 238). A harmadik lépés az, amelyet ő maga tesz meg (de egyelőre, még 1932-ben is, jelzi Breton és Éluard szerepét): „A szürrealista kísérlet új fázisa valóban élet-teremtő jelleget kapott *a mentális betegségek szimulációjával*, amit Breton és Éluard állított kontrasztba különféle poétikai stílusokkal.¹⁶ Hála különösen a szimulációnak, de a tárgyaknak általában, ez lehetővé tette a kommunikációt az automatizmus és a tárgyakhoz vezető út között, de szervezte a közöttük lévő interferenciát is. [...] Az automatizmus így messze nem tűnt el, hanem csak felszabadult. Az újonnan megalapított reláción keresztül a szemünk látja a dolgok fényét a külvilágban.” (Dalí, 1932, 238.) A bensőség-diszkurzus a tárgyakon keresztül történik, egészen pontosan a tárgyak megszállásán, illetve megfordítva: a szubjektum, a személy tárgyak általi megszállásán keresztül érhető el. A paranoiában nem a bensőség, a fantázia kiáramlása történik, hanem valami alapvetően romboló, agresszív-traumatikus természetű, meghatározhatatlan külsőből visszaható erő működik. Dalí „A rothadó számár”¹⁷ című, fordulatot jelző, a fiatal Lacan számára is igen jelentős esszéjében jelzi, hogy „úgy hiszem, közeleg a pillanat, amikor a gondolkodás paranoiás és aktív karakterű folyamatával lehetségessé válik (az automatizmussal és más passzív állapotokkal egyidejűleg) megszerezni a zavart, és ezzel hozzájárulni a valóság világának teljes diszkreditálásához”. (Dalí, 1930, 156.) Dalí is elkészíti a maga paranoiás kiáltványát, ez ellenpontja annak, amit korábban Aragon és Éluard a hisztériáról mondott. „A paranoiás jelenséget, amely a költészet területén kézzelfoghatóvá és objektíve felismerhetővé teszi magát a szürrealista téboly dialektikáját is, nos, ezt a paranoiás jelenséget, mely, ismétlem, a szürrealista téboly igazi dialektikája, csak úgy tudom felfogni [...], mint a legösszegegyeztetetlenebb dolgok összebékítésének költői megfelelőjét, mint a legélesebb, legkibékíthetlenebb ellentétek közeledéséből és összeolvadásából felderengő világosságot, mint a »konkrét dialektika« csúcsát.” (Dalí, 1986, 134.)

A paranoia fogalma

A paranoia a pszichiátriában és a pszichoanalízisben is meglehetősen későn, csak a századforduló körül, Kraepelin nevezetes *Lehrbuch*-ja nyomán lett fontos, önálló patológiás fogalom, ekkor választódott le a pszichés patológia más formáiról, például

¹⁵ Dalinak ez az egyik legjelentősebb írása, egyszerre jelent meg franciául Párizsban és angolul New Yorkban: <https://archive.org/details/DaliConquestIrrational>

¹⁶ Dalí itt Breton és Éluard *L'immaculée conception* (A szeplőtelen fogantatás, Édition Surréalistes, Paris, 1930.) című fantasztikus meta-poétikai könyvére utal. A könyv borítóját Dalí rajzolta.

¹⁷ Lásd e számunkban.

az összefoglaló *dementia praecox* terminusról. Laplanche és Pontalis meghatározása szerint a paranoia „az értelmez túltengésével járó, többé-kevésbé jól rendszerezett téveseszmékkel jellemezhető krónikus pszichózis, amely azonban nem vezet az értelem gyengüléséhez s általában a személyiség megsemmisüléséhez” (Laplanche – Pontalis, 1994, 376). Freud átfogó módon először az ún. Schreber-esetben foglalkozott a témával, 1911-es munkájában Schreber bíró memoárját elemezte. A paranoia később is visszatér írásában, a legjelentősebb ezek közül a *Farkasember* című esettanulmány. De Freud már a Schreber-eset előtt is hangsúlyozta a projekció elhárító mechanizmusának a szerepét. A paranoia projektív viszony a világhoz, melyben a személy saját belső vágyait, belső tárgyait egy külső, valóságos tárgyba (történetbe, személybe, helyzetbe) vetíti ki. Schreber bíró memoárja jó példa arra, ahogy ezek a kivetülések patológiásokká válnak, hallucinatorikus jelleget kapnak. Freud (aztán később Lacan) is jelzi, hogy a paranoia regresszív aktus, létezési forma, visszakapcsolódás oda, hogy „a fejlődésben lévő egyén, miután autoerotikusan működő szexuális ösztöneit egységbe foglalta össze, először saját magát, saját testét választja szerelme tárgyául, mielőtt egy külső személyre helyezné azt át” (Freud, 1911, 324). A paranoia esetében az áthelyezés nem sikeres, a fixáció nyomán saját genitáliájukkal azonos szerveket keresnek, homoszexuálisok lesznek. A paranoiánál azonban a projektált külvilág a homoszexuális szerelmet negálja, ellentétével helyettesíti, és a paranoiás olyan helyzeteket, embereket talál a kinti világban, akik üldözik őt. A paranoia egyfajta öngyógyítás a homoszexualitás belső élményével vágyával szemben, „a belsőleg feladott, felfüggesztett, adott kívülről visszatér” (Freud, 1911, 332). Schreber egy egész világot, kozmológiát, kifejtett mitológiát épít fel magának. Freud világosan látja, hogy valahol minden tudás, minden elképzelés a világról lehetségesen paranoid projekció, vagyis a paranoia nem egyszerűen patológia, hanem az egyes ember világhoz való viszonyának a megteremtése, önmaga belső rendjének tárgyi megtalálása. Az esettanulmány végén, önironikus módon, még saját paranoia elméletét is paranoid lehetőségként (azaz paranoia kritikaként) emlegeti: „Egy barátom, aki szakember¹⁸, bizonyíthatja, hogy már a Schreber-könyv ismerete előtt kifejlesztettem a paranoia teóriáját. A jövő feladata lesz eldönteni, hogy a teóriában több téboly lelhető-e fel, mint ahogy szeretném, avagy a tébolyban van több igazság, mint azt mások feltételeznék” (Freud, 1911, 337).

A pszichoanalitikus paranoia-elmélet következő jelentős lépése az 1930 körül fellépő fiatal pszichiáter, Jacques Lacan munkássága. Nála két szempontból lesz radikálisan más és sokkal hangsúlyosabb szerepű paranoia, mint Freud esetében volt. Freud a pszichoanalízis alapjaként az álmot, a hisztériát, a neurózist feltételezte, a személyes bensőséget, tudattalant mint az affektusok és kapcsolódó képzetek elfojtott komplexusát képzelte el (erre vezetett Breton útja is). Lacan pszichoanalitikus pozíciójának alapja viszont (akár Dalí esetében) a paranoia lesz. A másik jelentős különbség az (és ezzel is párhuzamos Dalí), hogy a paranoia nem elfojtott homoszexualitás eredetű patológia, hanem sokkal inkább egyfajta személyesség-struktúra, egy radikális, különös világ-érzékelési mód. Elmélete, sajátos

¹⁸ Vajon ki lehet ő? Ferenczi Sándor? A Schreber-esetet Freud jelentős részben Palermóban írta, ahová Ferenczivel együtt mentek el nyaralni két hétre.

pszichoanalitikus felfogása már a pszichoanalízis teljes beillesztése előtt¹⁹, pszichiátriai doktori dolgozatában is megjelent. Freud a paranoiát is az ödipális fázishoz, annak regressziós lépéseire kötötte. Lacan egy korábbi életszakaszhoz, a nárcizmushoz (primér nárcizmushoz) kapcsolta, és ennek következtében nem az elfojtás játszotta nála a meghatározó szerepet; a lacani paranoia-elmélet egy másik freudi terminust a *Verwerfung* aktivitásának jelentőségét hangsúlyozta a pszichózis sajátos pszichés okaként.

A nárcizmus középponti szerepe azt jelenti, hogy Lacan szerint az én maga ebben a nárcisztikus szituációban születik, kettős folyamatban, abban, hogy a tükörstádiumban a személy megalkotja, megszerzi saját képzetét (én-ideál) ugyanakkor érzi azt, hogy ez mégiscsak valami más, a tükörben látott egyszerre én és nem én, és ez a másság az ént paranoid struktúraként cselekszi meg. Nemcsak az én paranoid, hanem a pszichoanalitikus terápiás viszony is, melynek keretében a személy „egy kontrollált paranoiába vonódik be” (Julien, 1994, 16). A „kontrollált paranoiát” Dalí majd „paranoia-kritika”-ként a világhoz és önmagához való megalapozó viszonyként emlegeti. Lacannál már a korai szakaszban is a „pszichózis önmagát mint a pszichés szintézis mentális problémáját” definiálja, a paranoid pszichózis azonban az egységesítés és szintézis helyett az én disszonanciáját, összeszerkesztett disszonanciáját aktivizálja (Julien, 1994, 16).

A paranoid én-struktúra (és a paranoid módon alkotott tárgy és világ-struktúra) másik jellemző vonása a *Verwerfung*, a *kitaszítás* aktivitása (azaz egy énszervező performatív működése). A kitaszítást „az elfojtástól két értelemben különböztetjük meg: 1) A kitaszított jelölők nem integrálódnak a szubjektum tudattalanjába; 2) nem »belülről« térnek vissza, hanem a valóság talaján keletkeznek, különösen a hallucinatorikus jelenségekben” (Laplanche – Pontalis, 1994, 262). A *Verwerfung* „lehasítja a szimbolikus rend minden megjelenését” (Lacan, 2006, 323), és a jelölő kizárásával eltünteti az Apa-Nevét is, azt a „terept” amely a személy szimbolikus beépülését lehetővé tette volna. És ami kifejezetten lényeges: az elfojtottal szemben a kitaszított traumatikus hátteret jelez.

Dalí irányával, paranoia és paranoia-kritika fogalmával logikusan párhuzamos számos későbbi Lacan gondolat, már az imaginárius, a tükörstádium is az optikaira, a látványra épít, ezt aztán az 1964-es szeminárium fordítja át és teljesíti ki a látás/tekintet kettős kapcsán. Közvetlen személyes kapcsolatra kevés adat van, csak 1973-ban tudunk egy New York-i találkozóról és közös vacsoráról. Dalí írásait, képeit, világképét megalapozó paranoia felfogását olvashatjuk azonban úgy is, mint Lacan pszichoanalitikus gondolkodásának művészi, intellektuális fordításait. Nem valószínű, hogy közvetlen hatásról lenne szó. Dalí 1933-as lelkes megjegyzésén túl²⁰ nem említi

¹⁹ 1932-ben Lacan harmincegy éves fiatal pszichiáter, doktori értekezése befejezése előtt áll, és 1932 júniusában megkezdte az analízist Rudolf Leowensteinnél. A pszichiátria és pszichoanalízis határán áll, doktori dolgozata végén ki is mondja, hogy Aimée-t nem analizálta, vagyis egy pszichiátriai eset, aminek az elgondolásában már ott van a pszichoanalízis, de terápiájába még nem (Roudinesco, 1997, 50-51).

²⁰ „Mindez szigorú módon igazolódott Jacques Lacan tiszteletre méltó *A paranoiás pszichózisról és kapcsolatáról a személyiségről* című tézisének olvasásakor [...] Lacan munkája tökéletesen bemutatja a jelenség objektív és kommunikálható hiperakutságát [...] a paranoid delírium már maga egy interpretációs formát hoz létre [...] egy aktív elemet, amely a rendszerszerű jelenlétből származik.” (Dalí, 1933, 60)

Lacant, és Lacan is csak 1964 szemináriumában sorolja fel Dalít példaként több festő társaságában.

Egy 1930-as Dalí definíció szerint „A paranoia egy olyan mentális betegség, amelyben a valóság úgy szerveződik, hogy azt egy imaginatív konstrukció kontrollja vezérli. A paranoiás, aki azt gondolja, hogy megmérgezték a körötte lévő minden tárgyban, azok érzékenyen túli finom részleteiben a halálára való előkészületet fedezi fel” (Dalí, 1930b, 221). De az imaginatív konstrukció kontrolláltsága nem a szubjektív, fantázián alapuló képzet birtoklását jelenti (mint Bretonnál), hanem lényege, célja a „zavar rendszerezése”, valami külső strukturáltság elfogadása. Ez a strukturáltság nem a logikus gondolkodás konstrukciója, nem a valóság grammatikájának az elismerése. Dalí állítja, hogy „lehetségessé válik [...] rendszerezni a zavart, és ezzel hozzájárulni a valóság világának teljes diszkreditálásához” (Dalí, 1930, 156). Kérdés persze, hogy hol van, kicsoda ez a nagy rendszerező? Dalí szereti persze egyfajta nárcisztikus önféltreértéssel azt mondani, hogy ő maga az, ez azonban még az ő rendszere felől nézve sem lehetséges. A „zavar rendezése” elv könnyen párhuzamosítható Lacan 1964-es szemináriumának tekintet-fogalmával. A tekintet lehetővé teszi az alany számára, hogy felfedezze, a Másik is alany (idézi Sartre-ot Lacan), de ennek a Másiknak, az alannal összekötött létezésében komoly teremtő, alakító ereje van, „olyan lények vagyunk, akikre ránéznek a világ spektakulumban, ami tudattá tesz minket, az ugyanúgy megalapít minket, mint ez a *spectaculum mundi*-val történik” (Lacan, 1977, 75). A tekintet esszenciálisan paradoxon (vagyis anamorfikus, mint látni fogjuk), mert „sohasem arról a helyről jön a tekinteted rám, ahol látlak téged”, és „ami tekintetet kapok, az sohasem az, amit nézni szeretnék”²¹ (Lacan, 1977, 103). A szubjektum világban léte, öntudata mindig egy lényege szerint paranoid, a tárgyi világból rávetődő tekintet nyomán szerveződik, a „láthatóban minden csapda” (Lacan, 1977, 93) és „viszonyunk a dolgokhoz, ha ez a látvány útján alakzatokban megjelenítve történik, mindig elcsúszik, színről színre átalakul, és mindig valamilyen mértékben el is tűnik” (Lacan 1977, 73). A tekintet nyomán, annak reakciójaként helyettes tárgyak vonódnak be a tudatba, torz, groteszk képzetekkel paranoid projekció pótolja ki a láthatatlan tekintetet.

Az *Angelusban* erről írja Dalí, hogy a paranoia „objektív véletleneket termel. Az ember döbbenetben áll az egybeesések sorozata előtt melyek agyamban összefonódva egy pillanat alatt a lehető legrealisztikusabb módon *illusztrálják* számomra rögeszmém tébolyító gondolatait” (Dalí, 1986, 84.). Különös párhuzamot lehet itt vonni Cézanne festői módszerével, a „*réaliser mes sensations!*” elvével. Az „érzékelés”, a „realizálás” és a „modulálás”, „e három terminus Cézanne művészetének szentháromsága” (Németh, 1971, 11). Látszólag Cézanne is paranoid viszonyban áll a természettel, „realizálni” akarja az érzékleteit. Igazából azonban Cézanne és Dalí éppen ellentétes elveket vall: Cézanne látni akarja a valóság belső rendjét, megtalálni azt sajátos konstruáltságot, ami túllép a perspektíva struktúráján, és magának a láthatóságnak a szerkezetét találja meg. Dalí nem ebben az értelemben nem látja a valóság rendjét, hanem úgy gondolja: a valóság visszanéz rá. A paranoia ráfekszik, szétrobbantja a látott valóságot, és egy új általa követelt rendet kényszerít ki, azaz egy *tekintetet*

²¹ A két idézett mondat: „Jamais tu ne me regardes là où je te vois”, illetve: „Ce que je regarde ri est jamais ce que je veux voir”.

aktivizál. Ez a paranoia-kritika következetesen *projektív*, ellentétezi az álom és a hisztéria introjektivitását, mindig kifelé fordul: „A paranoiás tevékenység mindig olyan anyagokat használ, amelyek kontrollálhatók és felismerhetők [...] arra használja a külvilágot, hogy kényszeres gondolatait realizálja” (Dalí, 1930, 1, 223.).²² Dalí, ahogy ezt az idézetben jelzi, nem „realizál”, hanem „illusztrál”. Az illusztráció nem az eredeti képe, nem a természet látványa, hanem valami, ami arra az eredetire visszanéz, ami hozzárendel az eredetihez valamilyen képzetet, „a paranoia nem csupán az illusztráció szükségszerű része; a paranoia maga az egyetlen igazi, „szó szerint vett illusztráció”, azaz a „tébolyító interpretatív illusztráció” (Dalí, 1986, 137), melynél az azonosság utólag mint az interpretatív asszociáció következménye, rátéte jelentkezik.

Dalí az illusztráció-fogalom bevezetése után arról ír, hogy Millet *Angelus* című képe „mennyire »szóról szóra«, mennyire tébolyítóan kifejezi Lautréamont-t és különösen a *Maldoror énekét*”, és hogy „Millet *Angelusa* olyan szép, mint a varrógép és az esernyő véletlen találkozása a boncasztalon” (Dalí, 1986, 137). Ebben a viszonyban, a nevezetes Lautréamont képzet és a Millet kép egymásra másolásában áll a paranoid kapcsolat, az illusztrációs viszony; a két kép egymásra vetítése olyan projekciót teremt, amely egy új, tökéletesen különböző valóságot hoz létre. Paranoia-kritikai elemzésében Dalí azt írja, hogy „Millet *Angelusa* számomra az egyetlen festészet legnyugtalanítóbb, legtalányosabb, legtömörebb, tudatalatti tartalmakban leggazdagabb festészeti alkotásává vált. Végző soron képe úgy jelent meg, mint „valami önmagától eltérő”, és ez az eltérés adta valójában a fentebb leírt tébolyító tartalmat.” (Dalí, 1986, 34).

Az illusztráció lényegi karaktere valóban ez, az „önmagától eltérő” kép és jelentés, amikor a kép nem azt adja, ami, hanem paranoid módon valami egészen más képi és jelentésbeli valóságot nyit meg. Ez az a jelenség, amiről Lacan is ír, a *tuché*, a váratlanul betörő, Valósta jelző esemény kapcsán, Freudot idézi „*der Idee einer anderer Lokalität*”, egy másik helyszín gondolata, egy másik tér, egy másik szintér” (Lacan, 1977, 56). Az „önmagától eltérő” karakter egy bizonytalan, zűrös retorikai viszonyt jelez, az illusztráció és az illusztrált sokféle figuratív relációban lehet. Szokásosan az illusztráció önmagát megvilágító, olyan, amelynél az illusztráció a szöveget képben ismétli. A paranoid értelemben vett illusztráció azonban nem ilyen, az illusztráció és illusztrált retorikai viszonya nem referenciális, nem is metaforikus, a paranoid kép megfejthetetlen katakretikus figurativitást hoz, egy másféle valóságot tesz rá egy bizonyos valóságra, és ezzel egy harmadik, kimondhatatlan tárgyi konstrukciót sejtet. Emiatt lényeges az, hogy Dalí többször visszatér írásaiban arra, hogy kerüli a szimbolikus-metaforikus vonatkozásokat, a romantikus képet, amely egy belső értelmet világít meg. Itt nincs belső értelem, hanem párhuzamok, ismétlések, összefüggéstelen allegorikus vonatkozások épülnek be a képbe, egymás mellettségek (látjuk rögtön a kettős képet), vagy Dalí és a pszichoanalízis fontos szavával: azonosítások, identifikációk működnek. Dalí tanulmányaiban fontos paranoia-kritikai jellemzőket határoz meg. Például azt, hogy a tárgyak „szimulakrumok”, „kannibalisztikusak”, „konkrétan irracionálisak”, képiségük „kettős, sőt többszörös”, „anamorfikusak”, és megformálódásuk, performatív létük sajátos „véletlen, hirtelen

²² Akárcsak Cézanne, ő is „realizál”, a képi világba a perspektíva összezavarásával új rendszert épít. De fordított Cézanne, nem a látvány, hanem a tekintet realizál.

esemény betöréseként” történik meg. Ezek a jellemzők a paranoid strukturálódás, a paranoid történés fontos tárgyai és eseményei, a továbbiakban ezekre térek ki.

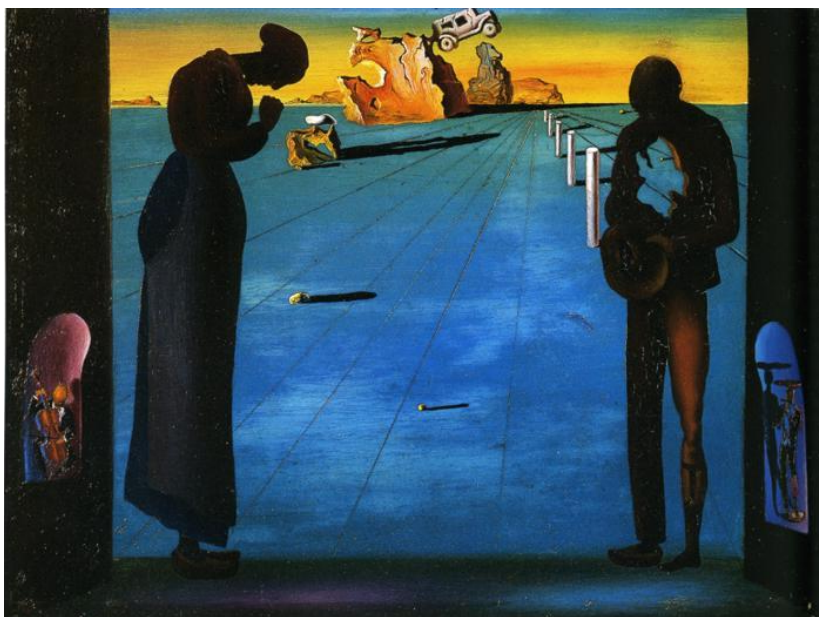
Dalí 1935-ben írja, hogy „az én igazi szándékom a képiség terepén a *konkrét irracionális* materializálása”. Teszi ezt annak érdekében, hogy „a képzelet világa és a konkrét irracionális objektíven evidens legyen, ugyanazon konzisztenciával, tartóssággal, meggyőző, kommunikálható sűrűséggel rendelkezzen, mint a külső világ fenomenális valósága” (Dalí 1935, 11). A konkrét irracionális tárgy „autentikusan ismeretlen²³ tárgy” (Dalí, 1935, 12). A konkrét irracionális „delíriumos képei fizikai és aktuális lehetőségeik felé tartanak, túlmennek a fantazmák birodalmán és a virtuálisan pszichoanalizálható megjelenítéseken”, „abjekt-jellegűen törekvő, ellenállhatatlan” (Dalí, 1935, 11) hallucinatorikus valóságok, a belső mélyrétegen (ösztöni valóságán) keresztül teremtett tárgyiasságok. Ezen az úton „a paranoia-kritikai aktivitás az irracionális újobjektív »jelentőségeit« fedezi fel; a delírium világát kézzelfoghatóan átteszi a valóság területére.” (Dalí, 1935, 16). Iversen (2007, 42) jelzi, hogy „Dalí érzékcsalódásai azonosak az álom manifeszt tartalmával, csak itt a külvilág veszi át a manifeszt képiség szerepét, a nappali valóság (amely az álom fontos kontrasztja volt) kitörlődik, a manifesztum hallucinatorikus jellegű lesz”.

Érdemes egy pillantást vetni arra, hogy az elméleti pozíció miként jelenik meg magukban a képekben, illetve a képinterpretációkban. Példám az ártatlan realizmusnak tűnő kép, Millet *Angelusa* és a hozzá kapcsolódó Dalí paranoia-kritika.



²³ Ez abszolút érdekes karaktere a paranoid tárgynak, jelzi annak különös, nem direkt, de meglehetősen radikális kapcsolatát a tudattalan háttérrel.

A képen egy férfit és egy nőt látunk, talán imába merülve, mellettük egy talicska a begyűjtött terménnyel, távolban egy falu körvonala, egy templom tornya. „Millet Angelusa – írja Dalí – számomra egyik pillanatról a másikra az egyetemes festészet legnyugtalanítóbb legtalányosabb, legtömörebb tudatalatti tartalmakban leggazdagabb festészeti alkotásává vált” (Dalí, 1986, 21), vagyis elsődleges paranoid referenciapont lett számára. Ez egyrészt a már általam sokat idézett *Millet Angelusának tragikus mítosza: „Paranoia-kritikai” értelmezés* című könyvében fogalmazódott meg, de számos képen is megjelent.



Ez az 1932-es *Angelus* című kép a Millet-festmény szinte számtalan paranoid újra-olvasásának (újra-képiesítésének) egyik példája. Dalí képén a két emberalak „ismeretlen tárgyá” válik, nincs arcuk, csak egy jellemző testtartás-forma kerül át Dalí képébe, az egyenesen álló férfi és a talán imát mondó hajlott hátú nő, aki mintha itt agresszív lenne a nála kisebb férfivel. Dalí (az *Angelus* könyvben részletezett) paranoid fantáziájában ő valamiféle ősi, természeti erotikus ösztön képviselője, a nőstény sáska, amely felfalja a hímeket a megtermékenyítés után. A tér is sokat változott, a természetes szántó föld helyett egy furcsa, kék-zöld geometriai rajzos mező, kövekkel, sziklával, a háttérben egy sziklára ragasztott autóval. A geometriai vonalak szabályosan futnak össze egy távoli pontban, de az alkonyodó fény, amely erről a végpontról jön, nem vet árnyékot. Ez a geometriai vízió teljesen más, mint a reneszánsz perspektíva-rajza, Dürer nevezetes látvány-konstrukciója, mert itt „a geometrikus dimenzió azt teszi számunkra lehetővé, hogy felfedezzük, a számunkra érdekes szubjektum miként lesz látvány-területünkre befogott, általa manipulált” (Lacan, 1977, 92). A látszatperspektíva ráadásul fordított, nem tőlem, a kép előtt álló nézőből származik, a néző valahol nagyon távol a vöröslő alkonyatban van, és a geometriai rajzokkal túlhangsúlyozva nézi a két figurát és persze engem, a kép nézőjét is. A kép „befog engem a csapdájába” (Lacan, 1977, 92).

A tárgyak árnyékai egy oldalról, a nő háta mögül érkező határozottan kellemetlenül éles fényből származnak. A férfi-figura egyik lába nadrágos-papucsos, a másik csupasz, mintha töredezett is lenne. Az eredeti Millet-képen nem szerepelt a két fekete függőleges szegély, A Dalí-képen egyik oldalon egy csellózó elegáns valaki látható, a másikon pedig két álló figura (vagy egy figura és az árnyéka). Az érdekes bennük, hogy fején-fejükön orális fixációt üzenő fallikus tárgyat, egy bagettet egyensúlyoznak, ugyanolyan, mint amit viszontláthatunk Dalí *Egy nő retrospektív mellszobra* alkotásában.²⁴ Ez a különös „szobor” másként is visszaköt Millet képéhez, mert ott a bagetten még egy tintatartó is van, mely egy mini-szobor formájában Millet képének két figuráját ábrázolja (Egri, 2020). Ebben a képben a tintatartó figurái a kép központi szereplőivé váltak. Maguk a képek építenek ki paranoid aktivitást, jelentés nélküli tárgyviszonyokat. A képelemek természetére vonatkozóan Lacan találó terminusát használhatjuk: az elemek nem mimetikusak, hanem a mimikri példái. A mimézis, az utánpótlás egy bizonyos értelmes keretben ad meg képelemeket, amelyeket aztán egységes üzenetként olvashatunk el. A mimikri nem utánoz, hanem egyszerűen lemásol, ismétel valóságdarabokat. A mimikri „tárgyi párhuzam, identifikáció, de tárgyi szinten, nem az értelem, hanem a kinézés lesz párhuzamos, egymásra vetülő” (Iversen, 2007, 43)

A képen szereplő tárgyak, személyek tömege (ellentétben Millet egykori képével) nem értelmezhető egységes látványként, a komponensek nincsenek egymással kapcsolatban, a kép nem nyit fel egy szituációt vagy egy homogén történetet (mint Millet képe), fragmentált, önállósodott elemekből áll. Csak rébusz-megfejtési stratégiával olvashatja a képet a néző, aki aztán a megfejtés közben mitologikus vagy Dalí más képein alapuló allegorikus értelmet ad az elemekhez. A kép – mint majd részletesebben is kitérek erre – rébusz, képrejtvény, „képírás”. A kép elemei dekonstruálják a kép egészét, azt a koherenciát, ami a Millet-képben még megvolt. Dalí képe nem olvasható tájképként, tárgyakat megjelenítő képei nem csendéletek (ahogy Cézanne is tudott persze már radikális, új „nézésű”, szemléletű csendéleteket festeni). A Dalí-műveket azonban nem a nézés, hanem a tekintet vezérli, gyakori követhetlenségük, szétesettségük, sajátos elem-halmazuk azonban azt jelzi, hogy a tekintet nem nyomozható le.

A paranoid kép genezise – tuché, grátisz

Dalí újra és újra visszatér a paranoiás teremtődés egy érdekes-fontos karakterére, arra, hogy ezek a konkrét, irracionális paranoia-tárgyak komoly energiával, meglepetésszerűen törnek a szubjektum világába. Egy ilyen példa, ahogyan Millet képével szembesült, azzal a képpel, amely egész életében paranoid referenciapont lett számára. Egy másik példa az, amikor „az Angelusnak a maroknyi cseresznyében való gyors, villanásnyi megjelenését átütő erejű paranoiás jelenségként értékelem. Azok közül való, amelyeknek igen árnyaltan összetett és rejtett asszociációs mechanizmusai még ma is jórészt ismeretlenek előttem”. (Dalí, 1986, 96.) Dalí a paranoia-kritikai

²⁴ Erről lásd Egri Petra értelmezését jelen számunkban.

mechanizmus természetében fedezi fel ezt a hirtelen, energikus behatást, amely ellentétes természetű az álom, a fantázia lassan beúszó, megélő introjektív folyamatával. Átéli, hogy „hogyan is ne lenne hatékony egy ilyen mechanizmus, amikor a tébolyító paranoiás sajátosságok tanulmányozása azt mutatja, hogy az objektív világ gyökeresen megváltozik, hirtelen átalakul, és ez az átalakulás azonnal ható asszociatív erejénél fogva teljesen leköti a figyelmemet, egész érzésvilágunkat olyannyira, hogy akarva akaratlanul csak bizonyos számú tényre és tárgyra tudunk koncentrálni, és minden más kiesik figyelmünk hatóköréből (Dalí, 1986, 131-134). Ez az az esemény, amit Lacan mint a „találkozás a Valóssal”-t ír le (Lacan, 1977, 53) azzal, ahogy a determináció, a kauzális kettős értelemben működik. Lacan Arisztotelész két fogalmát használva beszél az *automaton*-ról és a *tuché*-ről. Az *automaton* a világ eseményeinek logikus, értelmes folyamata, egy átlátható ok-okozati sor, jelölők hálózata vagy láncolata, a valóság működésének egyfajta „boldog”, örömelves, de mindig betöltendő hiányokat is mutató percepciója. E láncolat mögött azonban „mindig történik valami [...], a *tuché*, alapvetően mintha valami véletlenszerűség” lenne ott. A *tuché* „szerepe a Valós mint szembesülés [...], mint egy lényege szerint elvétett szembesülés [...], mely a pszichoanalízis történetében traumaként jelent meg” (Lacan, 1977, 55). A Valós bejelentkezése, a *tuché* „asszimilálhatatlan”, különös, furcsa értelmezhetetlen jel. Lacan jelzi, hogy „a trauma újra és újra megjelenik, gyakran nem elfátyolozott módon” és ilyenkor egyfajta „képernyőt” képez. A képernyő pedig a látvány és a tekintet kereszteződésében jön létre. Itt egyrészt a tárgyra geometriai (perspektivikus) pontból, nézőpontból vetülő látványban (*image*) keletkezik egy kép (ez az *automaton*, a mimézis). Ezt felülírja a tekintet, amely a kép felől fordul vissza, és a fény eredeteként egy a nézőre kényszerített képernyőt (*écran*) hoz létre. A „valóság itt bizonytalanság, ami figyelmet kíván meg [...], és egy szakadás tapasztalatában érzékelhető a percepció és a tudatosság között” (Lacan, 1977, 56). Freud elég gyakran jelezte már ennek a Valósnak a létezését, például az „álom köldöke” gyakran idézett gondolatával. Lacan ennek kapcsán külön hangsúlyozza, hogy itt nem egy mélyebb rétegről van szó, hanem inkább egy párhuzamos külsőről, „egy másik lokalitás, egy másik tér, egy másik szintér”, egy különös, romboló-megbontó valóság bejelentkezéséről beszélhetünk.

A szürrealista kép és tárgy pontosan ez a *tuché*, a Valós, a traumatikus paranoid létezésbe hatolása. Dalí egy külön fogalmat is kialakít a megnevezésére, a „grátis” (*gratuit*) szót használja. A grátisz „valami geometriai pont lehetne, tökéletesen védve minden szennyeződéstől, minden pszicho-érzékelési hatástól; más szavakkal minden affektív és testi kapcsolattól védett, és kívül van a fiziológián is [...], szigorúan konkrét és szignifikáns abban az értelemben, hogy egy személy hibás gesztusában jelenhet meg” (Dalí, 1930a, 229). Ezt írja „A rothadó számár”-ban: „Éppen a valósággal való koherenciájának hiánya miatt, és amiatt, hogy létezésükben ezt a grátisz-szerűséget látjuk, a szimulakrumok könnyen magukra ölthetik a valóság alakját, amely aztán a maga részéről igazodik a szimulakrumok erőszakához, amit egy materialista gondolkodás idióta módon összekever a valóság erőszakával” (Dalí, 1930, 158).

Lehet, hogy a grátisz az adódás. Adódik valami éppen úgy, ahogy, projektíven, és nem érzékelés-forrásból. Úgy látom, hogy rám világít valami, a világból erőszakot tesz

rajtam, a grátisz alapvetően hibás, torzító, mégis megrázó behatás. Erre az ismeretlen erőszakra én fantáziával, képpel reagálok. Dalí azért magasztalja a grátiszt, mert az a paranoiás képet felszabadítja a pszichológiai szennyeződéstől, a mélyebb, hermeneutikai értelemről. De a grátisz nem jelent homályosságot. Az előbb idézett „Szanitárius kecske” szöveget folytatva írja, hogy a grátiszként adott, behatolásként ható cselekedet „jelentéssel teli marad oly mértékben, hogy egy személy hibás gesztusában kaphat formát, olyanban, ahol egy személy anélkül, hogy tudna zongorán játszani egy márványtáblán, utánzásának tökéletes azonosságában meggyőződve utánozza a valóságos zongorista ujj-mozgását” (Dalí, 1930a, 30.). Ha ezt pontosítani akarnánk: a grátisz paranoid módon rám törő jelentése egy „hibás gesztus”, egy olyan tárgy-produktum, amely elfedi a vágy tárgya hiányát. Az utánzás akkor válik grátisz jellegűvé, „abban a pillanatban konkretizálódik, amikor a hamis zongorista egy pillanatra elveszti abszolút bizonyosságát az utánzásban” (Dalí, 1930a, 30.).

A grátisz a radikálisan tárgyi behatás, a paranoid esemény modellje, olyan, ahol a mindennapi tárgyra hirtelen agresszív, vágy-teremtette tárgyi rátelepedés történik. A konkrét irracionálisnak nincs jelentése, nem a megfejtés céljából adódik, hanem pótlék, helyettesítő egy ismeretlen helyén. Dalí ezzel egy egészen új kép és tárgyteremtési módot jelez. A romantika fedezte fel, fogalmazta meg egykor a képzeleti tárgy, egy új valóság létrejöttének a lehetőségét a költészetben, művészetben. Coleridge fantáziával szemben piederstálra emelt képzelete (*imagination*) a koramodern meghatározó tárgyképzési módja volt. Finkelstein (1996, 219-220) felhívja a figyelmet arra, hogy még a szürrealizmus pápája, Breton sem adta át magát a képek irracionálisának, és megmaradt a romantikus imagináció értelem-teremtő (tehát alapvetően metaforikus, szimbolikus) elvén belül. De Freud is (igaz, ebben később felülbírálta önmagát) az *Álomfejtés* elején, minden képzetet, álmot, automatizmust megfejthetőnek ítélte. Dalí elméletében és festői gyakorlatában „a képzelet (*imagination*) alárendelt, mert már nem az imaginatív, hanem a paranoid képesség hozza létre a képeket” (Finkelstein 1996, 219). A paranoid képesség pedig nem titkos, mély jelentést teremt, hanem a felszín tárgyait kapcsolja össze értelem-kizáró módon. A metaforikus mélység, azaz egy szubjektív értelem, jelentett napfényre emelése helyett metonimikusan egymás mellé tett tárgyak-halmazok jönnek létre, amihez aztán a befogadónak kell egy a képben nem rejtőző, sohasem volt értelmet találni. A paranoid kép ürességet teremt vagy éppen a testi kint, a szkatologikus abjektet (azaz az értelmes tárgy esszenciális hiányát) hozza napvilágra, zavart mutat, amihez kötelezővé válik valami rend hozzátapasztása.

A paranoid kép/tárgy konstrukciós elvei- kettős kép és anamorfózis

De vajon milyen is ez a konkrét irracionális, ez a grátiszként betörő tárgyi képzet? Dalí magyarázó, metapoétikus (azaz elméletben és képben is megmutatott) példája erre a *kettős kép*. Olyan karakterisztikusan paranoid kép-teremtő aktivitásról van szó, amelyben az egységes képzet materiális közegében jelenik meg valami radikális kettősség vagy sokszoroság. Nem a metaforikusságon vagy metonimikusságon (azaz a primer folyamatok, az álommunka transzformációját végző aktivitáson) keresztül

jelentés lesz a lényeg, hanem magában a tárgyban (itt a művészeti alkotásban) válik láthatóvá az álommunka formáló, tárgyteremtő működése.²⁵ A paranoia-technika a jelentés helyett a jelentésformálás háttérfolyamatait (azaz az álommunka eseményeit) teszi érzékelhetővé a mű materiális közegében, már csak azért is, mert maga a jelentés (az „igazság”) éppen a kettős kép kibillentő, dekonstruáló gesztusa miatt eleve elérhetetlen, vagy egyenesen nem is létezik. A kettős kép egyszerre valami és valami más, de nem egy metaforikus-szimbolikus jelentéstöbblet mássága, hanem az egyik tárgy mellé egy másik tárgy látványa kerül. A képre ránézünk, látunk valamit, de aztán a kép visszanéz ránk, és e tekintet nyomán valami mást kell látnunk benne, a világ paranoid, feloldhatatlan kettősségbe vagy éppen hármasságba kényszerül. A tekintet beépül a műbe. „A kettős kép [...] egyszerre példája annak, hogy valami lehet egy ló, s ugyanakkor egy nő képmása is” (Dalí, 1930, 157). Ennek egyik fontos példája Dalí „*Láthatatlan – alvó nő, ló, oroszlán*” című képe.



Ezek a képek egy radikális és gyakran kísérteties bizonytalanságot hoznak be a tárgyrepresentációba, hiszen „érdekes lenne kitalálni, hogy mi az, amit az adott kép valóban megjelenít, mi az igazsága, és azonnal kétségek kerülnek elő azon kérdés tekintetében, hogy magának a valóságnak a képei vajon nem csupán saját paranoiás képességük termékei-e” (Dalí, 1930b, 221). A képen valóban három (vagy több) tárgy látható. Egy hátán fekvő női akt, aki a deréknál pozíciót vált, mintegy hasra fekszik, és teste így képezi egy ló hátsó felét. Ez a „lovasítás” visszafelé olvasva teszi a nő felső testét a ló felső testévé. A nő és a ló hátsó részéhez rajzolt stilizált farok (ennek nincs köze a nő testéhez) viszont már egy oroszlán sörényét, fejét ábrázolja. Ugyanennek a

²⁵ Itt ki kellene térni az *Álomfejtés*be beírt álommunka-jegyzetre, mely szerint az álom alapvető jelentőségű karaktere az álommunka, és nem az álom-jelentés.

képnek egy másik bonyolultabb változata még egy férfi-aktot is beilleszt, meg féltucatnyi tojásformát, ennek majd a Narcisszusz képben lesz jelentősége.



A paranoid kép- és tárgyképzés talán legfontosabb fogalma azonban a kettős kép logikáját is lefedő-magyarázó anamorfikusság lesz.

Dalí 1932-ben publikálja a „Pszichoatmoszferikus-anamorfikus tárgy” című esszét (1932a), melyben a szürrealista tárgykezelés, a paranoid tárgyteremtés koncepcióját írja le. A tárgy itt már bevallottan „meghaladja a szimbolikus szintet”, mentes a „szimbólumok didaktikus kódétól” (Dalí, 1932a, 247), vagyis a hermeneutikai értelemről, és így eljut egy „valós materialisztikus konstitúcióhoz”. Az anamorfikus tárgynak „kifejezéstelen felszíne van [...], homályos, kétértelmű, amöbaszerű kontúrokkal” (Dalí, 1932a, 247). Dalí leírja, hogy miként születik az anamorfikus tárgy: egy teljesen sötét szobába szürrealisták tárgyakat hordanak, más szürrealisták, akik nem tudják, milyen tárgyak vannak a szobában, később bemennek a szobába, fény nélkül, teljes sötétben tapogatják, leírják a tárgyakat. A leírás alapján, szintén teljes sötétben, technikusok létrehozzák az így elképzelt tárgyakat, majd ezeket lefotózzák (újra úgy, hogy a fotós ne is lássa). Az elkészült, sötétben előhívott fotót egy acéldobozba teszik, aztán az acéldobozt folyékony fémbe merítik, ez megszilárdul, és ez a formátlan végtermék lesz az anamorfikus tárgy. Maga az eredeti tárgy abszolút láthatatlan, csak egy paranoid jellegű tárgykezelési sorozat végeredménye, egy teljesen formátlan burok jelzi, hogy ott van belül egy senki által sem látott és senki által sem viszontlátott elérhetetlen tárgy. Csupán tárgy-jelölő van a jelölt dolog lehetetlenségével párosítva.

Ezt az anamorfikus tárgyat, művet hozta létre már 1920-ban Man Ray az *Isidore Ducasse enigmája* című fotográfiájával. Igazi szürrealista kép-paradoxon, kép-

performatívum keletkezett azzal, hogy Man Ray csak lefotózta a tárgyat, ami utána el is tűnt – nyilván elővették a burokból az ismeretlen dolgot, megszűnt a szobor létezni, köznapi tárgyként használták tovább. Lényeges viszont, hogy a képi megjelenítéshez Man Ray szöveget, címet adott, egyfajta poétikai konstrukcióba, egy költő konstrukciójába vonta a tárgyat. Isidore Ducasse, írói nevén Comte de Lautréamont, a szürrealisták ünnepelet elődje. Annak ellenére, hogy a képen csak egy becsomagolt, formátlan (így jelentés, szimbolika nélküli) tárgyat látunk, az utódok, kényszerű befogadói feladatuk jegyében tettek kísérletet az enigma feloldására. Lautréamont nevezetes és a szürrealisták által annyiszor idézett kijelentése („szép, mint az esernyő és a varrógép véletlen találkozása a boncasztalon”) nyomában állítólag (de ezt Man Ray nem mondja, nem mutatja) egy varrógép van a csomagon belül. Nem tudtam kideríteni, hogy ez az általában hangoztatott megfejtés honnan származik. Egri Petra a szürrealizmus és divat kapcsolatáról szóló dolgozatában (Egri, 2018) határozottan állítja a varrógépet, sőt nemcsak azt, hanem a boncasztalt is, hiszen a becsomagolt tárgy valamin van, bár ez a valami a fotón nem látható. Könnyen lehet azonban, hogy a szürrealista tárgy, az ilyen paranoid tárgy karakterének lényeges eleme, hogy az értelmezőkre, a befogadókra fejt ki paranoid kényszert. Richard Martin például egész marxista kiegészítést tesz, a varrógépet a munkásasszonyokhoz köti, az esernyőt pedig fallikus férfi-szimbólumnak mondja (Martin, 1987, 11-13). A becsomagolt ismeretlen, enigmatikusnak tartott valamit a tárgy tekintetének ránk vetülő interpretációs kényszerén keresztül tehát muszáj újra létezésbe hoznunk. Ironikus, hogy Man Ray műve (azaz a fotó eltűnt eredetije) a világ több múzeumában „remade” formában újra megtalálható, miközben eredeti alkotójának semmi ilyen megőrzési szándéka nem volt. Szokásosan varrógépet csomagolnak pokrócba.

Dalí paranoia-kritikája objektív, materiális strukturálással, de a kép-komplexek agresszív szubjektivitásával működik. Nem azt mondja, hogy megélem, tapasztalom, álmodom ezeket, hanem azt, hogy a világ ezekben a (szubjektív) formákban épül fel. A képek nem utalnak, nem szimbolizálnak valamit, hanem arra vonatkoznak, hogy létezik egy lényege szerint valótlan, mégis a mindennapi valóságnál sokkal valósabb tárgyi fantázia. A paranoid-kritikai festő olyan különös egyén, aki képes ezt a valóságnál valósabb realitást kifejezni. Kifejezetten érdekes, hogy Dalí már a harmincas években megfogalmazza és megfesti azt a tárgykonceptiót, amely csak Lacan 1964-es szemináriumában jelenik meg. Lacan pszichoanalitikus koncepciójában a kasztráció meghatározó szerepű: ez az élethelyzet, élmény, amikor a gyermek felfedezi az Apa elkerülhetetlen hatalmát, azt, amely az anyát és őt is megfosztja a fallosz birtoklásától. „A kasztráció megosztottságot eredményez: létrejön egyrészt a lemondásra ítélt szubjektum, másrészt megteremtődik a tárgy, amitől meg kellett válni: az anya” (Molnár, 2009, 306), valamiféle abszolút tárgy, amely éppen a hiányával az, ami, ez az *objet a*.²⁶ Az *objet a* tárgy-oka a vágynak, valamiféle maradék, paranoid visszavetítés, a vak tekintet munkája. Az *objet a* „értékes tárgy egy bezárt, értéktelen dobozban: az értékes tárgy a doboz bezártsága miatt nem látható, hiányzik; a fantázia vetíti bele a dobozba, hogy ott valami értékesnek kell lennie” (Molnár, 2009, 307), ez

²⁶ Az elnevezésben, amit „kis a tárgy”-nak is fordíthatnánk, az „a” az „*autre*” (másik) szót rejti, Lacan ragaszkodott ahhoz, hogy a kifejezés a francia eredetiben jelenjen meg a fordításokban is. A Lacan rendszer egyik, vagy talán a legfontosabb eleme jelen tanulmányban természetesen részletesen kifejthetetlen. A következőkben Molnár Péter kitűnő összefoglalójára és Evans (1996, 124-125) címszavára támaszkodom.

az, amit Man Ray becsomagolt tárgya vagy Dalí anamorfikus tárgya is létrehoz. „Az *objet a la látható mezőjében maga a tekintet*” (Lacan, 1977, 105, Lacan kiemelése). A dolgok (Lacan példája a tenger felszínén látott, rávillanó szemét szardíniás doboz hatása) fényt vetítenek a szubjektumra, a kép, a tárgya paranoid relációban van vele. Mindig rám néznek a dolgok, de én nem látom őket ott igazán: „a szem és a tekintet dialektikája az, hogy nincsen egybeesés, hanem éppen ellenkezőleg csak csábítás, csalétek. Olyan, amikor a szerelemben egy pillantást keresek, ami alapvetően nem kielégítő, ami hiányzik”, ez az, hogy „*te soha nem nézel rám arról a helyről, ahonnan látlak téged*” illetve ellentétesen: *amit nézek, az sohasem az, amit látni kívánok*” (Lacan, 1977, 102-103). Dalí festménye ennek a tekintet-nézés tévedésnek, összenem-illésnek a kutatása, produktuma. Ezért torz, orális és anális perverzításban formálódik, ezért enigmatikus, ezért paranoid. A „perspektíva fordított használatának felismerése ezért annyira fontos az anamorfózis struktúrájában” mondja Lacan, mintha Dalí Millet-képére utalna vissza, majd jelzi, hogy „a torzítás adja magát minden paranoid kétértelműségnek, minden lehetséges ilyen használatnak, amit Arcimboldótól Salvador Dalíig oly sokan alkalmaztak” (Lacan, 1977, 87).²⁷

Ezt a formális karaktert jelöli meg az anamorfózis kifejezés. Ez egy olyan esszenciális formátlanság, amelynek aztán a néző, a tekintet hatalma alá kerülve, végül kénytelen formát, értelmezést (azaz paranoia-kritikát) adni. Az ilyen anamorfikus képek – mondja Dalí – „a tárgy vágyán, az érinthető tárgy vágyán keresztül teremtődnek. Az volt a vágy [az *objet a*-hoz való viszony – mondaná Lacan], hogy mindenáron kikerüljön a tárgy a sötétből a fénybe” (Dalí, 1932, 237.). Az ilyen képek túllépnek, elkerülik, sőt kizárják a „valóságpróbát”,²⁸ azt az értelmezési és létezésbe hozó akciót, amellyel Freud „Az álomtan metapszichológiai kiegészítése” című tanulmányában az álmot elválaszthatónak látja a két szélsőségtől, a valóságtól és a hallucinációtól. Az történik ugyanis, hogy a tárgy, a képi egész valóságselemei nem integrálódnak, az egyes elemek éppen azok, amik, ugyanakkor valami mások is, az olvasó, a néző egyfajta ontológiai zavarba jön, a képzet hallucinatorikus természetűvé válik. A Dalí-féle paranoid folyamatban az alkotó vagy megtekintő alany projektál, tárgyiasít, vagy még pontosabban megtalálja a strukturált valóságban a nyomait (és nem jelentéseit) a belső, tudattalan vágyfolyamatoknak. Ez az aktivitás különös, alternatív valóságot teremt, miközben „hozzájárul a valóság összeomlásához”. Dalí visszautasította a tudattalan hermeneutikai megértésének elsődlegességét²⁹, a paranoid produktum nem oly módon interpretálódik, mint egy álom és az elfojtott, hanem egy párhuzamos valóságon keresztül egy tárgyi forma kezd el működni, amiben nem a metaforikus (analogikus jelentésre törekvés) az elsődleges, hanem a metonímia; az álommunka kifejezésével: az eltolás lesz az uralkodó, és csak a metonimikus alapkonstrukcióba épülve jelentkeznek szimbolikus, metaforikus relevanciák. Ez a *psichoaatmoszferikus-anamorfikus* tárgy. Nem kiegészítő a normál tárgyiság mellett, hanem Dalí számára lényegi és elsődleges tárgyiság az anamorfikus tárgy. Ha valaki nem anamorfikusan lát, csak valóságos ottlétét vél érzékelni, akkor valami

²⁷ És Lacan itt elemzi Holbein nevezetes *Nagykövetek* című festményének furcsa anamorfikus foltját.

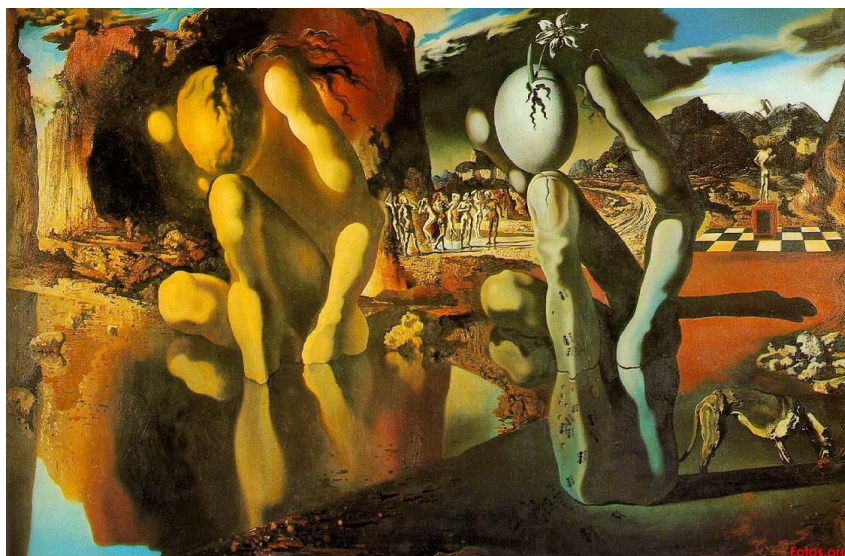
²⁸ Ez fontos lehet, itt van Freud tárgy-elmélete, a valóság mint belső produkció, és nem a külső el(fel)ismerése. Nem korrespondencia igazság, hanem aleatorikus (Lacan jelzi ezt a Poe írásban), egy sajátos lelki-tudattalan aleatorikusság (esetlegesség) van benne.

²⁹ Ennyiben követi Freud álommunka és az álom köldöke kapcsán írt jegyzetét.

esszenciálisat nem vesz észre, valamire vak a világból, valami olyanra, amely mint tekintet végül mégis lecsap rá. Mindez, írja Dalí, „együtt jár azzal a rendszerszerű ténnyel, hogy az embernek a rendszert alapvetően a delíriumos gondolatok következményének kell tekinteni, hogy a gondolatok delíriumosok és ugyanekkor rendszerszerűek abban a pillanatban, amikor előfordulnak” (Dalí, 1933, 259). Ez az a pont, ahol Dalí ebben az esszében kijelenti, hogy „mindez szigorú módon igazolódott Jacques Lacan tiszteletre méltó, „A paranoiás pszichózisról és kapcsolatáról a személyiséggel” című tézisének olvasásakor”, és hogy „Lacan munkája tökéletesen bemutatja a jelenség objektív és kommunikálható hiperakutságát [...], a paranoid delírium már maga egy interpretációs formát hoz létre [...], egy aktív elemet, amely a rendszerszerű jelenlétből származik.” (Dalí, 1933, 260.)

Narcisszusz metamorfózisa

Dalí 1937-ben festette azt a képet, amit oly fontosnak gondolt, hogy elvitte Freudhoz megmutatni. Valóban egyik, vagy talán a legjelentősebb kép ez Dalí munkásságában, sőt, nemcsak kép, hanem kapcsolódik hozzá egy róla szóló hosszú vers is. Ennek bevezetésében állítja (így, csupa nagybetűvel), hogy EZ AZ ELSŐ VERS ÉS AZ ELSŐ KÉP, AMELY TELJES MÉRTÉKBEN A PARANOIA-KRITIKAI MÓDSZER INTEGRÁLÁSÁVAL SZÜLETETT (Dalí, 1937). A vers egy újabb kép, amely hol ismétli, hol továbbírja a tényleges festményt. Különös paranoid ekphraszisz, kép-leírás, ami sokkal inkább kép-teremtés, „tudatos félreinterpretálása a képi jeleknek, Dalí képessége arra, hogy ne »lássa« a dolgokat» (Lomas, 2011, 30). Dalí még a vers elején megjegyzi, hogy a képet „a távoli fixáltság állapotában kell nézni”, azaz egyfajta tekintetet kell vele indukálni, és „akkor Narkisszosz elhomályosuló figurája lassan eltűnik, és a kettős kép két képzete optikai fúzió keresztül egyetlen képzetben egyesül” (Lomas, 2011, 30). Azaz mintegy sztereoszkópiusan kell a képet nézni, a látvány két figurát hoz, a tekintet viszont egyetlen belsőleg hasadt, metamorfózisos egységet vetít vissza.



A vers valójában egy paranoid rátét a festményre, asszociációsorozat, amely kiegészíti, másik valóságba vonja a képet. A vers a sötétség és fény képeivel nyit, elindul a hó tisztaságától „az olvadás függőleges zuhatagáig”. A képen ez a jobboldali hátsó pont, felette a kék-fehér ég. Egy másik alkalmazott kép-halmaz a „függőleges zuhanás a magasból” a „tükröződések szédítő terén át”. Szemben a lefelé mozgással van egy égre feltörő irány, „a fű artézi forrása”, írja Dalí, melyből a nárciszvirágok emelkednek ki.

A versben a szexuális dimenzió jelenik meg a „heteroszexuális csoport” leírásában, amely különböző nemzetek személyeiből, meztelen táncosokból áll, minimális méretük ellenére mindegyik külön-külön alapvető nemzeti-faji jellemzőkkel ellátva. A csoport szorongást és fenyegetettséget vált ki Dalíból, és Narcisszus „messze a heteroszexuális csoporttól” ábrázolódik a képen a „késő délután hideg árnyékában”.

„Elveszti létét a legmélyebb mélység kozmikus szédületében,
amelyben énekel
saját képének hideg és dionüszoszi szirénje.”

A szelf elvesztésének képei közvetlenül a vágyhoz kapcsolódnak, és egyfajta fragmentációhoz kötődnek, amit a „kegyetlenül ásványi áradat” és „az éjszaka matt torca” jelez.

A képen azonban (ha nem Dalí paranoid mítosz-teremtését követjük) Narcisszus nem a tükörképét nézi, hanem saját szexét, az önmagába forduló libidót bámulja.

Narcisszus ovális fejében már ott van a hasíték, ugyanaz a forma, mint ami a kő-kézben tartott tojás van. A teljes test egy metonimikus metamorfózison keresztül kézzé változik, anyagában pedig az élő test kővé lesz. Dalí a kezét „a víz ujjaiként” érzéketlen, borzasztó és halandó jelenségként még mindig földi valóként írja le. A kéz tartja a fej ovális tökéletességét, összekapcsolva ezzel a szkatologikus szörnyűség és a szexualitás vonzás kombinációját a tojásforma androgün ön-tartalmazásával. Ez a metamorfózis, amely akkor éri el csúcát, mikor a tojás meghasad, kinyílik és feltárja a „virágot, az új Narcisszust, Gala az én Narcisszusom”. A képen nincs nyoma Galának, Dalí feleségének, a vers nyilván később, egy paranoid gesztussal adta őt hozzá a képhez. Gala feloldja a nárcisztikus traumát, Narcisszus halálhoz kötődő lényegét (amit a kép persze még abszolút tartalmaz), mert a másik ember mint tükör a szerelembe fordítja át a magányos halált.

A kép és vers más szempontból is ellentéteződik: A vers egy folyamatot mutat be, a metamorfózis megtörténtét meséli el, a kép viszont szimultán jelzi a múlt és jelen pillanatait, a narratíva itt kettős képekkel jelenítődik meg, egy formával, amely ismétlődik a kő-kéz formájában.

Dalí a képet megelőző rajzaiban még tett kísérletet arra, hogy a kés és az emberalak összeolvadjon, kettős képet alkosson.



A képet – a sikertelen kettős szerkesztés helyett – két nagyméretű hasonló forma uralja: a nárcizmus káoszának strukturálói, egy relatíve kidolgozatlan, absztrakt emberi forma és egy láthatóan kő, szoborszerű kéz. Az emberi figura furcsa, magzatpozícióban ül, ő az intrauterin emlék, amelyről a *Salvador Dalí titkos élete* című könyvében azt írja, hogy „a méhen belüli paradicsom a pokol tüzének színeit viseli: vörös, narancssárga sárga és kékes. Puha, mozdulatlan, meleg, szimmetrikus, kettős és ragacos” (Dalí, 1942, 38). Ugyanerről a színről másutt Dalí a következőket írja: „az alkony atavizmusai az alkony ábrázolása jó alkalom a fosszilis agyrétek kibontakoztatására, atavisztikus és alkonyi nosztalgia az özönvíz előtti idők erkölcsinek kegyetlen állatisága. A világ hajnalának alkonyiségében rejlő atavizmus sok dialektikája” (Dalí, 1986, 19). A kép pontosan ilyen fosszilis (paranoid) agyrétek komplexuma.

Ami talán igen fontos, Narcisszus nem a tükörképét nézi a vízben, hanem saját meztelen testét, genitálóját. Fején, talán a hajában a tojás törésvonalához hasonló jeget látunk. A kő-kéz töredezett, rajta a természet nyoma, a hangyák, ujjai között tojást tart. A tojás Narcisszus fejéhez hasonló repedéséből nő ki a történet utolsó pillanata, a nárciszvirág. A két tárgy a kettős forma paranoid szerkezetére épül, csak itt nem egyetlen képben, hanem formájukban hasonló térben eltolt két képben jelennek meg. Így tériesítik az időt, a Narcisszus narratíva közép-részét és végét jelenítik meg. A kéz és az emberi figura egyaránt a vízből vagy a víz és szárazföld találkozásából emelkedik ki, formáik tükröződnek a vízben. Narcisszus színe és háttere meleg, vöröses, de valahogy kellemetlenül meleg. A kéz, a kő már kékesebb, és a Narcisszust körülvevő vörösest a tóban és az égen is hideg kékek törik meg. Egy másik szempont, ami azonnal szembeszökik, hogy Dalí előszeretettel használja a lemenő nap fényét, mely hosszú árnyékot vet, és a nagy árnyék konkrétabb, mert nagyobb alakkal fenyeget. Ez egyfajta negatív Gulliver-perspektíva. A másik

fénykezelési eszköz a poli-perspektivikus fényforrás felállítás. Láthatjuk, hogy Dalí a képben nem egyetlen fényforrást használ, hanem többet. Számtalan nap világítja meg az alakokat, amiből egyfajta multi-temporalitás szuggesztíója keltődik, amely az állóképben, amilyen egy festmény, az időben mozgás, a folyamat és eseményesség képzetét hívja elő.

A metamorfózis a két fő figura közötti átalakulással, az emberi teljes test kővé vált rész-test, kéz közötti áttétellel valósul meg; a kép egyetlen, jelen állapotba sűrítette a két sorozatot, narratívát alkotó lépést. A Narcissusz-történet valahol a halálöszönhöz kötődik, jelzi ezt a kővé válás, és jelzi ezt a testet, a húst felzabáló vadállat a kő-kéz tövében. Talán ide köthetők az erős, fekete árnyékok is. A sakktábla ezeknek a paranoid struktúrák jelé, ez benne az a bizonyos „matematikai” karakter. Fontos formális, festészet-technikai trükk ebben a festészetben, hogy meglepő perspektívákkal, térkezeléssel dolgozik. A lineáris perspektívába belerajzolt és aprólékosan kifestett alakok minden térmetaszetben élesen vannak ábrázolva, ami ellentmond a perspektivikus látásnak.

Ez a megjelenítési módszer azt szuggeralja, hogy a megjelenített világ tér-idei hierarchiája nemcsak hogy uralható, mint azt a reneszánsz óta a festészet a geometrikus perspektíva alkalmazásával sugallja, hanem az előbb említett, a perspektivikus látásnak teljesen ellentmondó látszólagosság előállításával és annak morfológiai átgyúrásával egyfajta hiperreális perspektivitás és anamorfizálás hozható létre. Így sikerül Dalinak egyrészt a tér „teljesen világos” jellegét és a geometrikusan hangsúlyozott tér hallucinatorikus „görbülését” egyidejűleg úgy megmutatni, hogy a néző a valóságosnál valóságosabb világba, egy vizuális fikcionalitásba esik. Itt már nem az imaginárius mezejében vagyunk, hanem a fikcionális-szimbolikus birodalmában. Mivel a hiperreális perspektivitás azt szuggeralja, hogy az előttünk álló tér átjárható, és mélységében megannyi megfoghatót nyújt, a létezők mutatásával együtt létre is kelti ezeket. Mégsem egy fantáziaélet vagy álmélet kerül itt vászonra, hanem a reális morfológiai átváltozhatósága, egy meggyőző lehetőségtér az örület megfoghatatlan abszolút bizonyosságával. Ezáltal tud a szürrealista festészet döbbenetet előcsalogatni a gyanútlan szemlélő tudatában. Módszere teljesen ellentmond az álomlátás vizualitásának – holott arra hivatkozik –, mert ott a szótalány és a hasonlóságok alaki homálya hívogat bennünket, és tesz minket a „mi-is-az” titkának felfedezőjévé. A néző ugyanakkor nem veszi észre, hogy egyidejűleg e képzetek értelmi utalásrendszerének és az emlékezeti narratívák szövedékének alanyává válik, s ezzel mindannyian egy paranoid csapdába kerülünk.

Felhasznált irodalom

Ades, D. (2018). Freud, Dalí & the Metamorphosis of Narcissus. In: *Freud, Dalí & the Metamorphosis of Narcissus. Exhibition Catalogue* (13-33). London: Freud Museum.

- Berressem, H.** (1996). Dalí and Lacan: Paining the Imaginary Landscapes. In: Willy Apollon, Richard Feldstein (eds.): *Lacan: Politics, Aesthetics* (263-293). New York: State University of New York Press.
- Breton, A.** (1924). A szürrealizmus első kiáltványa. Ford. Bajomi Lázár Endre. In: Bajomi Lázár Endre (szerk.): *A szürrealizmus*. Budapest: Gondolat, 1979.
- Breton, A.** (1932). *Communicating Vessels*. Lincoln: University of Nebraska Press, 1990.
- Breton, A. – Aragon, L.** (1928). A hisztéria ötven éve. Ford. Járai Csenge. *Imágó Budapest*, 2020, 9(3): 153-155.
- Brooks, P.** (1998). A pszichoanalitikus kritika eszméje. In: Bókay Antal, Erős Ferenc (szerk.): *Pszichoanalízis és irodalomtudomány* (42-58). Budapest: Filum Kiadó.
- Dalí, S.** (1930). A rothadó számár. Ford. Egri Petra. *Imágó Budapest*, 2020, 9(3): 156-159.
- Dalí, S.** (1930a). The Sanitary Goat. In: Dalí, 1998, 226-230.
- Dalí, S.** (1930b). The Moral Position of Surrealism. In: Dalí, 1998, 219-222.
- Dalí, S.** (1932). The Object as Revealed in Surrealist Experiment. In: Dalí, 1998, 234-244.
- Dalí, S.** (1932a). Psychoatmospheric-Anamorphic Objects. In: Dalí, 1998, 244-248.
- Dalí, S.** (1933). New General Considerations Regarding the Mechanism of the Paranoiac Phenomenon from the Surrealist Point of View. In: Dalí, 1998, 256-262.
- Dalí, S.** (1935). *The Conquest of the Irrational*. New York: Julien Levy Publisher.
- Dalí, S.** (1937). *Metamorphosis of Narcissus*. Transl. F. Scarpe. New York: Julien Levy Gallery. In: Dalí, 1998, 324-329.
- Dalí, S.** (1939). Declaration of the Independence of the Imagination and the Rights of Man to His Own Madness. In: Dalí, 1998, 331-334.
- Dalí, S.** (1942). *Salvador Dalí titkos élete*. Ford. Balla Katalin. Budapest: Cartaphilus, 2004.
- Dalí, S.** (1986). *Millet Angelusának tragikus mítosza: „Paranoia-kritikai” értelmezés*. Ford. Kisari Miklós. Budapest: Corvina.
- Dalí, S.** (1998). *The Collected Writings of Salvador Dalí*. Ed., transl. Haim Finkelstein. Cambridge: Cambridge University Press.
- de Man, P.** (1999). *Az olvasás allegóriái: Figurális nyelv Rousseau, Nietzsche, Rilke és Proust műveiben*. Ford. Fogarasi György. Szeged: Ictus.
- Descharnes, R. – Néret, G.** (2001). *Dalí. A festői életmű*. Ford. Körber Ágnes. Budapest: Taschen/Vince Kiadó.
- Egri, P.** (2018). Szürrealista női testképek a divatban. *Alföld online*, június 27. <http://alfoldonline.hu/2018/06/szurrealista-noi-testkepek-a-divatban/>

- Egri, P.** (2020). Tárgy, tekintet és paranoia-kritika. Salvador Dalí: *Egy nő retrospektív mellszobra*. *Imágó Budapest*, 9(3): 99-108.
- Evans, D.** (1996). *An Introductory Dictionary of Lacanian Psychoanalysis*. London: Routledge.
- Finkelstein, H.** (1996). *Salvador Dalí's Art and Writing 1927-1942*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Freud, S. – Breuer, J.** (1895). *Studien über Hysterie*. In: *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud*, vol. 2, Transl. James Strachey. London: Hogarth Press, 1955. Magyarul megjelent részletei: Katharina... Ford. Bart István. In: S. Freud: *A Farkasember. Klinikai esettanulmányok II* (17-28). Budapest: Filum, 1998; Elisabeth von R. kisasszony. Ford. Schulcz Katalin. In: S. Freud: *Válogatás az életműből* (68-116). Vál. Erős Ferenc. Budapest: Európa, 2003.
- Freud, S.** (1900). *Álomfejtés*. Ford. Hollós István. Budapest: Helikon Kiadó, 1985.
- Freud, S.** (1908). A költő és a fantáziaműködés. In: Bókay Antal, Erős Ferenc (szerk.): *Pszichoanalízis és irodalomtudomány* (59-64). Budapest: Filum Kiadó, 1998.
- Freud, S.** (1909). Allgemeines über den hysterischen Anfall. In: S. Freud: *Gesammelte Werke*, 7. kötet (235-240). Frankfurt am Main: Fischer Verlag, 1999.
- Freud, S.** (1911). Pszichoanalitikus megjegyzések egy önéletrajzilag leírt paranoia- esethez (Dementia paranoides). Az úgynevezett „Schreber-eset”. Ford. Paneth Gábor. In: S. Freud: *A Patkányember. Klinikai esettanulmányok I.* (277-340). Budapest: Filum, 1993.
- Foucault, M.** (1988). A szubjektum és a hatalom. Ford. Kiss Attila Attila. In: Bókay A. et al. (szerk.): *A posztmodern irodalom kialakulása* (396-409). Budapest: Osiris Kiadó, 2002.
- Iversen, M.** (2007). *Beyond Pleasure – Freud, Lacan, Barthes*. University Park: Penn State University Press.
- Karafiáth J.** (1999). (szerk.) *Szürrealizmus*. Budapest: Raabe Klett Kiadó.
- Kőváry Z.** (2008). A vágy talánya – Salvador Dalí és az irracionális meghódítása. *Thalassa*, (19)4: 23-42.
- Lacan, J.** (1977). *The Four Fundamental Concepts of Psychoanalysis – The Seminar of J. Lacan Book XI*, Trans. A. Sheridan. London: W.W. Norton.
- Lacan, J.** (1981). *The Psychoses: The Seminar of Jacques Lacan, Book III, 1955-1956*. New York: Norton, 1993.
- Lacan, J.** (2006). *Écrits*. New York: W.W. Norton.
- Laplanche, J. – Pontalis, J.B.** (1994). *A pszichoanalízis szótára*. Budapest: Akadémiai Kiadó.

- Lepoutre, T. – Madeira, M. – Guerin, N.** (2017). The Lacanian Concept of Paranoia: An Historical Perspective. *Frontiers in Psychology*, 8: 1564. September 15. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2017.01564/full>
- Lomas, D.** (2011). *Narcissus Reflected – The Myth of Narcissus in Surrealist and Contemporary Art*. Edinburgh: The Fruitmarket Gallery.
- Martin, R.** (1987). *Fashion and Surrealism*. New York: Rizzoli.
- Molnár P.** (2009). Lacan a festészetről. Festéktüszentő Hapci Benő művészete. In: Kovács Éva, Orbán Jolán, Kasznár Veronika Katalin (szerk.): *Látás, tekintet, pillantás* (305-314). Budapest, Pécs: Gondolat Kiadó, PTE Kommunikáció- és Médiatudományi Tanszék.
- Németh L.** (1971). Bevezető Paul Cézanne leveleihez. In: *Paul Cézanne levelei* (5-13). Szerk. J. Rewald. Budapest: Corvina Kiadó.
- Rabaté, J.-M.** (2003). Loving Freud Madly: Surrealism Between Hysterical and Paranoid Modernism. *Journal of Modern Literature*, 25: 58-74.
- Roudinesco, É.** (1997). *Jacques Lacan*. Transl. B. Bray. New York: Columbia University Press.
- Salber, L.** (2004). *A művészet én vagyok: Salvador Dalí*. Ford. Dankó Zoltán. Budapest: Háttér Kiadó.
- Szabó Z. P.** (2008). A pszichoanalízis mint művészeti metanyelv az Andalúziai Kutya című film tükrében. *Filmkultúra*. <http://www.filmkultura.hu/regi/2008/articles/essays/bunuel.hu.html>
- Žižek, S.** (2002). Van-e oka a szubjektumnak? Ford. Katona Gábor. In: Bókay A. et al. (szerk.): *A posztmodern irodalomtudomány kialakulása* (410-425). Budapest: Osiris Kiadó.
- Zweig, S.** (1993). *Sigmund Freud; Stefan Zweig és Sigmund Freud levelezése*. Ford. Horváth Zoltán, Kajtár Mária. Budapest: Balassi Kiadó.



Kovács Petra

Sebezhetetlenség és sérülékenység a frontvonalban

„De letenni magadban nem lehet teljesen, mert mindig beugrik.... valahol mindig bennem van, hogy mennyire törekenyek vagyunk, és nem tudhatjuk, hogy akivel beszélünk, látjuk-e még.
Ez döbbenetes dolog.”
(IA, 05)

Bevezetés

A frontvonalban dolgozók munkájuk során nap mint nap szembesülnek az élet végességével és az emberek életét megváltoztató súlyos, tragikus eseményekkel. Elsőként érkeznek olyan helyszínekre, amelyekre általában az extrém mértékű stressz, a kiszámíthatatlanság és a bizonytalanság jellemző. A bajbajutott emberek és hozzátartozóik szélsőséges érzelmi reakciói hatalmas teherként nehezednek a segítőkre, akiknek a körülmények ellenére is a lehető legjobb teljesítményt kell nyújtaniuk. Tanulmányom célja bemutatni, mi szükséges ahhoz, hogy valaki helyt tudjon állni extrém körülmények között, majd ugyanezen tényezők miként válnak veszélyessé a mentési helyzetekből kilépve: hogyan nehezítik meg az érzelmileg megterhelő esetek és veszteségek feldolgozását. Ehhez mentődolgozókkal készített interjúk részleteit használok illusztrációként. A jelenlegi, elhúzódó járványhelyzet idején talán minden eddiginél aktuálisabb az egészségügyi dolgozók lélektani működésének és veszteségfeldolgozásának előtérbe helyezése.

A segítő vért

A vészhelyzetben dolgozók paradox lélektani működését átfogóan mutatja be a sebezhetetlenség paradoxona elmélet (Pető és Kovács, 2010). Eszerint létezik egy ún. lélektani értelemben vett segítő vért, amely elősegíti a krízishelyzetekben való helytállást, miközben védelmet biztosít az extrém stressz káros hatásaival szemben. Pető és Kovács (2010) elméletében a segítő vért összetevői különböző

személyiségjellemzők, motivációs tényezők, társas védőfaktorok, továbbá az érzelemszabályozás stratégiái.¹

A frontvonalban dolgozók körében végzett kutatások alapján bizonyos személyiségjellemzők nagyobb arányban fordulnak elő ezen a területen, például a magasabb reziliencia. A reziliens személyek stresszhelyzetekben mutatott érzelmi reakciója alacsonyabb intenzitású. Mentődolgozók esetében gyakori a szenzoros élménykeresés magasabb szintje: általában több ingerre van szükségük ahhoz, hogy optimális szinten teljesítsenek, és kifejezetten keresik a kihívásokat (Mayer, Lukács és Barkai, 2012). A segítő vért további eleme a belső kontrollra való képesség, vagyis „elképzelések a valóság leendő, kedvező irányban való megváltoztatásáról” (Ferenczi, 1934, 440.). A kontroll megélése sikerebb megküzdéssel, jobb emocionális közérzettel, jobb testi-lelki állapottal és nagyobb teljesítményre való képességgel függ össze (Thompson és mtsai, 1993 idézi Kulcsár, 2002). Továbbá segít abban, hogy az ellátó ne sodródjon el mások érzelmeivel, hanem meg tudja őrizni ítélőképességét, és racionális döntéseket tudjon hozni (Herman, 2011). A szívós személyiségre jellemző a stresszhez való hatékony alkalmazkodás és a stresszorok kihívásként való értelmezése. A szívósság továbbá lehetőséget biztosít a traumatikus élmények átfordítására is. Végül az énhatékonyságnak is (Bandura, 1977 idézi Kulcsár, 2002) – a cselekvőképesség által – fontos szerepe lehet krízishelyzetben a szorongások csökkentésében, és az elkerülő viselkedés helyett a problémamegoldás felé irányít (Gy. Kiss, 2012).

A helyzethez rugalmasan illeszkedő problémafókuszú megküzdési stratégia különösen fontos krízishelyzetben. A *harcolj vagy menekülj* megküzdési mód védelmet jelenthet a személyiség számára a pszichológiai értelemben vett veszélyhelyzetekben (Herman, 2011), ahogy azt a következő interjúrészlet is mutatja: „...nekem a mentőzésben inkább a technikai, a problémamegoldás az, ami nekem így nagyon fekszik. Tehát az, hogy van egy humán része is, a beteg, az ellátása, stb. Én abban is azt keresem, hogy mi a kihívás, mi az, amit meg kell oldani. Hülyén hangzik, de a beteg az egy probléma, amit meg kell oldani, vagy a betegség az egy probléma.” (IA, 08).

Mindezekben a tartós személyiségjellemzőkön felül az egyéni tényezők közül elengedhetetlen az átlagon felüli elköteleződés és motiváció (Petó és Kovács, 2010), a hivatástudat és a stabil szakmai identitás, amelyet tovább erősít a társadalom részéről a segítőre ruházott hős szerep.

A társas támogatás, az együttműködés, a közös döntés lehetősége mind része a mentődolgozók szociális védőhálójának. A társas támogatás a problémák kibeszélésén; az identitásélmény, a pozitív önértékelés és a kontrollézés fokozásán; illetve a

¹ Ezt a speciális működésmódot, a segítő vért összetevőit 2018-ban az Országos Mentőszolgálat pszichológusaként tematikus kvalitatív, félig strukturált interjúk segítségével térképeztem fel. A bajtársaimmal felvett interjúk középpontjában a munka során átélt érzelmileg megterhelő sürgősségi esetek és az ahhoz kapcsolódó egyéni feldolgozási stratégiák álltak. A kutatásban az Országos Mentőszolgálat 14 mentőorvosa ill. mentőtisztje vett részt önkéntesen. A módszertani követelményeknek megfelelően a félig strukturált interjúk felvétele előre kidolgozott interjúterven alapult. Két próbainterjút követően a kérdések pontosításra kerültek. Az interjúrészletek kiválasztásánál az áldozatok, sérültek, hozzátartozók, továbbá a résztvevő mentődolgozók anonimitásának megőrzésére törekedtem.

szorongás csökkentésén keresztül fejti ki jótékony hatását az egyén pszichés jóllétére (Dávid és mtsai, 2014). Továbbá jelentős puffer tényező a poszttraumás stressz zavar tüneteivel szemben is: segít az emlékezet rekonstrukciójában és a traumát követő izoláció megelőzésében, és enyhíti a traumához köthető büntudatot (Kerekes, 2015). Az érzelmileg megterhelő esetek, a „megbeszélhetetlen” (Bar-On, 1999) traumák esetében kiemelten fontos a közös megélés, az egyéni nézőpontok integrálásával létrehozott közös emlék és az ellátás utáni megbeszélések során létrejövő közös narratíva: „Az a jó, amikor az ember olyannal tudja ezt megbeszélni, aki vagy átélte vele, vagy egyáltalán benne van ebbe az egészbe. Teljesen más egy idegennek – már úgy idegennek, hogy aki nem ezt a munkát csinálja... És úgy könnyebb szerintem.” (IA, 10)

A vészhelyzetben való eredményes helytállás alappillére a megfelelő érzelemszabályozás, ezen belül Pető és Kovács (2010) az érzelmi távolságtartás szerepét emeli ki. Ennek egyik eszköze a deperszonalizáció, amelyet – kutatások eredményei alapján (pl. Maslach, Schaufeli és Leiter, 2001) – azért alkalmaznak a segítők, hogy elkerüljék a páciensekkel való érzelmileg megterhelő interakciókat: „...a pék se sír, amikor süti a kenyeret” (IA, 03). Bálint Mihály (1961) *apostoli funkciónak* nevezte a segítő mindenható viselkedését, amely szerinte egy olyan védekező magatartás, amit akkor alkalmaznak, ha például elbizonytalanodnak a beteg ellátásával kapcsolatban. Az érzelmi távolságtartás megvalósítását segíti a rövid érintettségi idő is: Fülöp (2016) mentőtiszteknél kevesebb érzelemszabályozási nehézséget és kisebb érzelmi bevonódást talált, amit a páciensekkel együtt töltött idő rövidségével magyarázott. A sebezhetetlenség paradoxona elmélet szerint (Pető és Kovács, 2010) az érzelemszabályozás jellemző stratégiái továbbá az érzelmek tagadása és elfojtása, az ellátásra fordított maximális figyelmi koncentráció, valamint a feszültségek csökkentésére alkalmazott morbid humor, amely a mentődolgozók elbeszélésében is megjelenik: „Sokszor poénkodunk itt, tudod milyenek a mentősök, tréfásak, ugratóságok, lehet, hogy ez nagyon kell hozzá, ahhoz kell, hogy kigyere belőle.” (IA, 05)

Ugyanakkor ezeknek az érzelemszabályozási stratégiáknak az lehet a következménye – ahogy azt Bognár és munkatársai (2001) orvosokkal készített mélyinterjúk eredménye is alátámasztja –, hogy az ellátók az idő előrehaladtával fokozatosan érdektelenebbé válnak betegeikkel szemben, és egyre kevésbé érinti meg őket betegek elvesztése. Ezek az eredmények arra engednek következtetni, hogy a pályán töltött idővel arányosan egyre ridegebbé válik a segítő vértje, és ez megnehezíti a veszteségekhez kapcsolódó érzelmek megélését is: „Sikerült egy kis kérget építeni a lelke köré. Nem mondom azt, hogy nincsenek olyan dolgok, amik pillanatnyilag nem érintenek meg, de az olyan pillanatnyi, és megy tovább... Lehet, hogy egy kicsit szívtelennek hangzik, de muszáj.” (IA, 04)

Rés a pajzson

A segítő vért a sebezhetetlenség illúziójával vérteti fel a segítőt, bizonyos helyzetekben azonban meggyengülhet a személyiség védelme. Ferenczi szavaival élve

ezek a helyzetek együttjárnak „annak a képességnek az elpusztításával, mely az ellenállást tanúsítja, és amelyből a saját énünk védelmére kelő cselekedetek és gondolatok folynak” (1934, 439.). Ilyenkor nő az érzelmi bevonódás mértéke, a segítő nagyobb valószínűséggel esik ki segítő szerepéből, a személyiség pedig sérülékenyebbé válik az extrém stressz káros hatásaival – pl. másodlagos traumatizáció, poszttraumás stressz zavar – szemben. Ugyanakkor ezek az esetek – amelyeket az interjúválaszok kategorizálása alapján mutatok be kiemelt részletek segítségével –, lehetőséget biztosítanak arra, hogy a segítő felismerje saját működését és annak határait.

A megkérdezett mentődolgozók többsége a gyermekhalál eseteket jelölte meg a legmegterhelőbbnek, amelyekkel munkája során találkozott: „Hát a gyerek, a gyerek. A legelső gyerek halottamra például emlékszem pontosan, hogy mi történt.” (IA, 07)

A fiatal életkor, a szakmai tapasztalathiány, a bizonytalan szakmai identitás rizikófaktort jelent a súlyos, megterhelő esetekkel szemben. Az idealizmus időszakában a kezdeti lelkesedés, a segítő onnipotencia érzése további veszélyforrásként jelenik meg: „Az első az ilyen öt év körüli kissrác volt, akinek az apukája traktorral húzott egy utánfutót, ami trágyával volt megrakva, a kisfiú fent ült hátul az utánfutón, és egy döccenőnél leesett, és átment a mellkasán az utánfutó, de ebben több tonna cucc volt, meghalt rögtön, minden belső szerve – gondolom – leszakadhatott. Az egy nagyon rossz érzés volt, főleg, hogy egy kis fiatal mentős voltam akkor.” (IA, 07)

Gyermekek súlyos sérülése, halála kapcsán a szakmai és szülői szerep könnyen összemosódik, ami fokozott érzelmi bevonódással jár: „Tehát itt most egy kicsit úgy elfátyolosodik a hangom, mert apaként, szülőként megélve ezt a tragédiát nem tudom, hogy én hogy dolgoztam volna föl, mit lehetett volna...” (IA, 11)

Az értelmetlen halálesetek – köztük a gyermekek elvesztése – nem illeszthető az igazságos világról alkotott hipotézisbe (Lerner, 1998 idézi Sallai, 2005), és az eset lezárását és feldolgozását megnehezíti, ha nem lehet jelentést adni a történetnek. Az élet értelmességének hite összefüggésbe hozható a világ összefüggő, kiszámítható és ellenőrizhető képével (Van Dierendock, 2005; Ellison és Smith, 1991; Mascaro és mtsai, 2004; Piedmont, 1999 idézi Brassai, 2011). Mindez kapcsolódik Antonovsky (1979, 1987 idézi Gy. Kiss, 2012) koherencia-érzés fogalmához, mivel magában foglalja a világ megérthetőségének élményét: az egyén a körülötte levő világot strukturálnak, kontrollálhatónak látja. A magyarázat hiánya felveti saját életünk értelmének kérdését is: „Hát pont amiatt, hogy nagyon fiatalok voltak, tehát a mi korunkbeli, tehát annyi idősek voltak, mint mi, és hogy egy ilyen úgymond teljesen értelmetlen dolog miatt haltak meg, és a kisgyerekeik meg ott maradtak árván.” (IA, 09)

Az esetek feldolgozása során is előtérbe kerül a jelentésadás folyamata: a halál- és veszteségélmény akkor dolgozható fel, ha értelmet nyer az egyén életében, és a világ a traumával együtt újrakonstruálhatóvá válik (Kerekes, 2015).

A személyes érintettség, a páciens életének mélyebb ismerete vagy a hozzátartozóval való szorosabb kapcsolat fokozza az érzelmi bevonódást és a szakmai

szerepből való kiesés valószínűségét: „Engem ez lelkileg... tehát ismerős is és te beszéltél is vele, meg maga a látvány az extrém durva volt, tehát vadászpuskának a pusztító ereje miatt. Döbbenetes látvány volt, még a rendőröknek is, de nekem maga a személyes érintettség, borzasztó volt... Meg hát hogy ismertük egymást, lehet hogy még azt is tudták, hogy aznap találkoztunk, lehet, hogy mesélt erről, de erről se beszéltünk soha, hogy tudták-e, hogy én aznap még beszéltem az édesanyjuddal.” (IA, 05)

Hasonló lélektani dinamika jellemző azokra a helyzetekre is, amikor az eset és a saját élettörténet között vonható valamilyen párhuzam, például az alábbi részletben, ahol az ellátó saját testvére és az áldozat között fedezett fel hasonlóságot: „... azt látom, hogy az a baj, ha a saját életemből párhuzamot tudok vonni egy eset kapcsán, akkor vannak bajok. Voltak ilyenek, például amikor későn született a húgom, még ilyen kicsi volt, akkor egyszer volt ilyen kútba fulladt gyerek.” (IA, 01)

A személyes érintettség olyan esetekben is megjelenik, amikor a betegellátás és a segítő életének egy epizódja összekapcsolódik, és a két esemény – mint egy vakuemlék – együtt tárolódik az emlékezetben is: „Azt tudom, hogy pont a feleségem születésnapja volt aznap, és ez egy ilyen lelépés környéki időszakban volt, és ott vártak engem az ünnepi vacsorával meg tortával az egész család, és ahogy defibrilláltunk, meg nyomtuk a csajt, folyamatosan csörgött a telefonom, mert már túlórában voltunk, hogy mikor megyek.” (IA, 04)

Sürgősségi helyzetekben a maximális figyelmi kapacitás és a problémafókuszú megküzdés védelmet jelent a segítő számára, és segíti az érzelmek átmeneti kizárását is. Lélektanilag akkor válik veszélyessé a helyzet, amikor a legnagyobb igyekezet ellenére nem lehet segíteni, és a mentődolgozó eszköztelen marad egy érzelmileg megterhelő helyzetben. Elveszik a belső kontroll élménye, a helyzet irányíthatóságának érzése. Az eszköztelenség, a védtelenség, a kívülállóság az, ami gyakran a tehetetlenség érzését váltja ki, és frusztrációt okoz: „Hát azért, mert egyrészt nagyon sokáig tartott, meg az, hogy olyan tehetetlennek érezte magát, mert nem miattunk történik az, de előrelátható volt, hogy mi lesz a vége, csak annyi ideig tartott maga a kimentés, hogy tudtam, hogy az lesz a vége, hogy meghal.” (IA, 03)

A segítő sérülékenysége

Míg bizonyos személyiségjellemzők és érzelemszabályozási stratégiák adaptívak az extrém stresszhelyzetben végzett munka során, a helyzetből kilépve rizikótényezővé válnak az egyéni lelki egészség szempontjából. Ez a segítő lélektani működésének csapdája. Az emberi kapcsolatokban ugyanis követelménnyé válik az érzelmek felismerése és kifejezése, az érzelmi elérhetőség és az intimitásra való képesség. Ha nem működik ez az átjárhatóság, a vért megkeményedik, és rideggé teszi a személyiséget. A hosszú távon rugalmatlanul alkalmazott elhárító és védekező mechanizmusok megkövülnek, állandósult jellemvonássá válnak, és reichi értelemben vett karakterpáncélt alkotnak. A jellem „áthatolhatatlan páncélburok” lesz, amely az embert saját szorongásainak foglyává teszi (Erős, 2001a, 119.).

Segítő szindróma esetében azonban előfordulhat ennek az ellentéte is, amikor a szakma és a magánélet között éles hasítás történik: a munkájában erős és határozott segítő álarcát levéve „követelő, sértett, gyenge, agresszív kisgyerekké” válhat, aki éretlen megküzdési stratégiákkal rendelkezik (Mándi és Fekete, 2009, 256.).

Mindkét működésmód fokozott sérülékenységhez vezethet, és megnehezítheti a munkában és a magánéletben átélt veszteségek feldolgozását: „De mégis sokszor otthon jön ki, hogy észreveszik rajtam, hogy feszült vagyok, nem úgy szólok vissza, hogy mennyit változtam például. Tehát most ezért áll a bál jelenleg... Mert azért ez a sok szörnyűség megváltoztatja az embert, ha akarja, ha nem. És ugye otthon csapódik le, és otthon szólnak az emberre, hogy mennyire megváltoztál...” (IA, 08)

A cél biztonságos egyensúlyt és átjárhatóságot teremteni a felvértezetség és a sérülékenység között úgy, hogy a segítő szerepből kilépve lehetővé váljon a páncél, és a hétköznapi életben megélhető legyen a személyiség sebezhető oldala is. Ehhez elengedhetetlen a segítő érzelmszabályozási mechanizmusainak és coping stratégiáinak fejlesztése.

A jelenlegi járványhelyzetben az egészségügyi dolgozók hosszú időn keresztül dolgoznak nagy fizikai és érzelmi megterhelés alatt, ami a segítő vért folyamatos alkalmazását igényli. A maszk- és védőruha-használat révén a vért már nem csak szimbolikus szinten, hanem fizikai értelemben is bezárja a segítőt, ami egyben a veszteségek megélését és feldolgozását is jelentős mértékben gátolja. A járványhelyzet időszakában, mentődolgozókkal végzett pszichológusi munka során sok esetben tapasztaljuk a veszteségek tagadását, hátrítását: „Ha már a vészkijárat sem áll rendelkezésünkre, hogy legalább a gyász elutasítását közöljük valamiképpen, nem marad más lehetőségünk, mint az, hogy a veszteség tényét magát tagadjuk, mégpedig radikálisan, és azt színleljük, hogy semmit sem veszítettünk el. Nem is gondolhatunk arra, hogy ilyen körülmények között fájdalomunkról valaki másnak is beszélhetünk.” (Ábrahám és Török 1998, 136.). Olyan elhúzódozó krízishelyzetben ugyanis, amikor a segítőnek mások támogatására kell fordítania minden energiáját, a gyászreakciók felfüggesztődnek, vagy késleltetve lesznek (Lindemann, 1994).

Mivel az egészségügyben dolgozók munkájuk során nap mint nap találkoznak a haldoklással és a halállal, fontossá válik a halállal kapcsolatos saját érzések, gondolatok feldolgozása. Egy páciens halála erős halálfélelemmel járhat, amellyel szemben a segítők gyakran eszköztelenek:

„Azok az általános orvosok és ápolónők, akik szoros érintkezésben állnak a halálukhoz közeledő emberekkel, kimeríthetetlenül tudnak mesélni rejtélyes történeteket a halállal szembenállók félelmeiről, hősiességéről, megalázottságáról és végső méltóságáról. Nagyon értékesek lennének a szakszerű, megbízható tanácsok arra vonatkozóan, mit kell tenni, hogy segítsünk ebben a szomorú helyzetben, de sajnos itt is csak a józan ész az egyetlen menedékünk” (Bálint, 1961, 183.).

A gyermekhalál esetek a világba vetett hitet ingatják meg, a sorozatos, ismétlődő halálesetek pedig személytelenné, tárgyiassá tehetik a halál jelenségét. A segítők gyakran hasítással küzdenek meg a mindennapokban tapasztalt halálesetekkel, és – saját védelmük érdekében – élesen elválasztják magukat a halandónak tekintett

páciensektől (Dobó, 2015). Külföldi vizsgálatok szerint az egészségügyben dolgozók nagy része nem hallott arról, hogy a szakemberek is mutathatnak gyászreakciót betegeik elvesztését követően (Granek és mtsai, 2012 idézi Varga, 2015). Emellett a társadalom és a közvetlen munkahelyi környezet gyakran elvitatja a gyász létjogosultságát, és gátolja a veszteséghez kapcsolódó érzelmek kifejezését (Fallek és mtsai, 2019).

Lifton (1995 idézi Herman, 2003) a traumatikus eseményeket „halál-bevésődéseknek” nevezi utalva arra, hogy a trauma fogalma szorosan összekapcsolódik a halállal való szembenézéssel és a halálszorongással. Az egyéni veszteségeknek, halálélményeknek fontos szerepük lehet a segítő hivatásúak esetében. Minden segítő életében más és más az az esemény, amely érzelmileg nehezen feldolgozható, és nehezen illeszthető az életpálya és az élettörténet emlékei közé. A traumákra adott egyéni pszichés reakciók megjelenését magyarázza a vulnerabilitás fogalma, amelynek fokát a korábbi traumák következtében kialakuló egyéni érzékenység befolyásolja (Glover és mtsai, 1994). Figley (1995) szerint jól működő érzelmszabályozás és empátiás működés esetén is számolhatunk további rizikófaktorral, ami nem más, mint az egyéni élettörténetben fellelhető feldolgozatlan trauma, amelyet egy aktuális, érzelmileg megterhelő eset – mint katalizátor – ruházhat fel traumatikus jelentéssel (Mitchell, 1999). A frontvonalban végzett munka kapcsán fontos megemlíteni a traumák kumulatív hatását is, hiszen minél többször él át valaki traumát, annál nagyobb az esélye, hogy védekező mechanizmusai meggyengülnek, és személyisége sebezhetőbbé válik a trauma pszichés következményeivel szemben (Fónagy és Target, 2005).

Mindez jelentős mértékben növelheti az érzelmi kifáradás és ezzel együtt a kiégés kockázatát. A sürgősségi ellátás időbeliségét tekintve leggyakrabban akut stressz reakciókkal számolhatunk, amelyek normálisnak tekinthetők extrém stresszhelyzetben és a bevetést követően (Barram, 1997). Adaptív funkciójuk, hogy biztosítják a hatékony ellátáshoz szükséges készenléti, aktív cselekvő állapotot, és mentődolgozók esetében a jó teljesítményhez szükséges optimális stressz szintet. Az akut stressz hatásai általában az eseményt követő néhány napon belül rendeződnek (Flatten, 2005 idézi Kerekes, 2015).

Az érzelmileg megterhelő esetek kapcsán megélt kontrollvesztés, kiszámíthatatlanság, tehetetlenség és a halállal való szembesülés azonban sérülékennyé teszi a személyt, és a traumás distressz hatásai időben elnyúlhatnak. A poszttraumás stressz zavar nem enged kilépni a felfokozott, fiziológiai és pszichológiai értelemben vett készenléti állapotból (Herman, 2011). Az ismétlési kényszeren (Freud, 1923) alapuló tünetek célja pedig a traumatikus esemény során elveszített kontroll visszaszerzése.

A frontvonalban dolgozók fokozottan ki vannak téve továbbá a *vikariáló trauma* és a *másodlagos traumatizáció* pszichés következményeinek. A vikariáló trauma az empátiás kapcsolaton keresztül hat a segítőre, és a kiégés irányába mutató folyamatot generálhat (Figley, 1995), ha a segítő hosszú időn keresztül ki volt téve mások fájdalmas történeteinek. Ezzel szemben a másodlagos traumatizáció esetén nem az időfaktor a domináns, hanem a másik traumatikus élményének közvetlen hatása a

segítőre. A másodlagos traumatizáció hatására akut stressz szindróma vagy poszttraumás stressz zavar tünetek jelentkezhetnek, utóbbi akár késleltetve is. Ezek alapján a pandémiát követő időszakban, az elhúzódó krízishelyzet enyhülésével nagyobb arányban számolhatunk traumatikus tünetek megjelenésével az egészségügyi dolgozók körében, így a jövőben kiemelt figyelmet kell fordítanunk az ezzel kapcsolatos kutatásokra, prevenciós programokra és intervenciós lehetőségekre.

A feldolgozás lehetőségei

A segítők speciális lélektani működéséből fakadó sérülékenység és a sürgősségi ellátás során átélt megterhelő esetek és veszteségek felhívják a figyelmet az egyéni feldolgozás, továbbá a szakmai prevenció és intervenció fontosságára.

Az interjúk során kíváncsi voltam a mentődolgozók egyéni feldolgozási stratégiáira is. Az időbeliséget illetően a legtöbb válasz arra utal, hogy az érzelmileg megterhelő emlék az első egy-két hétben a legélénkebb és a legintenzívebb, majd fokozatosan felülírják az új élmények: „Jön a következő, és akkor az kitörli, vagy hát elhalványítja, vagy nem tudom” (IA, 01). A felejtés azonban a trauma nyomait nem tudja kitörölni (Erős, 2001b).

A feldolgozást, az eset lezárását segíti a *mindent megtettem* érzés, amely egyben hozzájárul a betegek elvesztése utáni gyászreakció részeként megjelenő büntudat (Lindemann, 1944) enyhítéséhez is. „De tudom azt, hogy én mindent megtettem, és mindent jól csináltam. Nyilván máshogy állna hozzá az ember, ha én hibáztam volna, vagy akárcsak felmerülne a lehetőség, de...” (IA, 06)

A résztvevők válaszai alapján a feldolgozást és a lelki értelemben vett regenerációt segítik a különböző szabadidős tevékenységek, a sport, a családdal töltött idő vagy épp a magány, a bajtársak közötti ventilláció, a formális vagy informális csapatépítő programok, a szakmai fejlődés és a tanulás.

Pszichológiai szempontból az egész szervezetet átfogó, többszintű kiégés-prevenció nyújthat megfelelő mentális felkészítést és levezetést. Az egyéni életpálya sajátosságait figyelembe vevő intervenciók, egyéni krízisintervenciók és szupportív terápiák során az egyén saját története és az elbeszélés interszjektív szintje (Habermas, 1979) kerül középpontba. Úgy vélem, az interjúk során kiemelt szerepet kapott a traumák és a veszteségek újraértelmezése, hiszen a beszélgetések kontextusa, továbbá pszichológus és kutató szerepem olyan speciális kommunikációs helyzetet teremtett, amelyben a történetek újabb jelentésréteggel gazdagodhattak.

A szorongás és érzelmi reakciók kezelésének szempontjából fontos a pszichoedukáció, a mentődolgozók megküzdési repertoárjának bővítése, a relaxációs technikák elsajátítása (Richards és Lovell, 1997) a sürgősségi helyzetben jelentkező stressz reakciók hatékony kezelésére és a betegellátás során nélkülözhetetlen egyéni és társas kompetenciák fejlesztését célzó tréningek. Az Országos Mentőszolgálatnál 2020 őszétől család- és párterápiás támogatás érhető el (Balázs és Kovács, 2021), melynek célja a családi reziliencia és a munka-magánélet egyensúlyának támogatása, továbbá

annak elősegítése, hogy a munkahelyi környezetből kilépve a segítő vért tudatosan levehető legyen.

Az érzelmileg megterhelő esetek feldolgozásában kiemelt figyelmet fordítunk a csoportos módszerekre, hiszen „a másoktól érkező támogatás enyhítheti az esemény hatását” (Herman, 2011, 82.), és növelheti a traumatikus esemény utáni stresszkezelési kapacitást.

A debriefing a traumatikus esemény feldolgozására és a poszttraumás stressz tünetek megelőzésére szolgáló, csoportos krízisintervenciós módszer (Fodor és Bitter, 2015), amelyre az eseményt követő lehető legrövidebb időn belül kerül sor. A debriefing első lépése a megterhelő esemény – biztonságos körülmények között történő – elbeszélése, ahol a résztvevők által megélt történetekből egységes, közös történet jön létre. Ezt követi az eseményre adott egyéni reakciók – érzések, gondolatok, tünetek – megosztása és ezek normalizálása (Mitchell, 1983). A csoportfolyamat során rálátás és belátás történik, a csoport új perspektívákat kínál, és az új nézőpontok integrálásával a segítő kívülről láthatja saját működését. A csoportoknak számos előnye van: a csoport megtartó ereje, a társaktól kapott aktív figyelem és elfogadás, a pozitív visszajelzések, a közös sors. Mindez önmagában erősíti az egyén önértékelését, belső kontroll élményét, énhatékonyság érzését és szakmai identitását.

2021 tavaszán – szakmai szupervízió mellett – Bálint-csoportokat indítottunk mentődolgozóknak. A Bálint-csoport kapaszkodót kínál az olyan nehéz esetek feldolgozásához, amelyek a segítőt érzelmileg jobban megterhelik, erősebb, tartósabb emocionális distresszt eredményeznek (Dobó, 2015). A csoport működése, a csoporttagok által megjelenített fragmentumok – testi érzetek, érzelmek és gondolatok – révén az elmesélt érzelmileg megterhelő élmény koherens történetté gyúrható össze. Bálint kiemeli, hogy a védekező magatartásformák tudatosítása nagyon fontos: ilyen lehet például a beteg elutasítása, az aprólékos vizsgálatokba menekülés vagy az apostoli funkció (Csabai és Molnár, 2009). Ez a mentők nyelvére lefordítva azt jelenti, hogy a mentődolgozónak fel kell ismernie saját segítő vértjét: melyek azok a védekező mechanizmusok, amelyek a helytálláshoz szükségesek, de adott esetben a pácienssel való kapcsolatot hátráltatják.

A pszichológiai intervenciók kidolgozásakor ugyanakkor – különösen a jelenlegi helyzetben – meg kell fontolnunk, hogy milyen mélyen nyúlhatunk bele ebbe a védőmechanizmusba: meddig hasznos az érzelmek megélésének és megosztásának facilitálása, és mikor válik veszélyessé a védekező stratégiák levetkőzése. Támogatnunk kell a fejleszhető, tanulható stratégiák elsajátítását és gyakorlását. Ez nem csak a megküzdésre vonatkozik, hanem például a kommunikációs és konfliktuskezelő eszköztárra is, amellyel az ellátás hatékonyabbá tehető, és ezen keresztül a szakmai identitás erősíthető. A mentődolgozók trauma- és veszteségfeldolgozásáról szerzett ismereteinket beépíthetjük a következő évek pszichológiai ellátásába, amelynek középpontjába várhatóan a járványhelyzethez köthető pszichés sérülések kezelése kerül majd.

Köszönetnyilvánítás

Köszönöm a kutatásban résztvevő mentődolgozóknak, hogy történeteik megosztásával segítettek munkámat; az Országos Mentőszolgálat Pszichológiai és Mentálhigiénés Csoportjának az inspiráló szakmai együttműködést; dr. V. Komlói Annamáriának a kutatás megvalósításában nyújtott szakmai segítséget és dr. Papp-Zipernovszky Orsolyának a cikk írásához nyújtott támogatást. A tanulmányt prof. Erős Ferenc és dr. Lénárd Kata emlékének ajánlom, akik egykori témavezetőimként bíztattak, támogattak, és egyengették szakmai utamat.

Felhasznált irodalom

- Ábrahám M. – Török M.** (1998). Rejtett gyász és titkos szerelem. *Thalassa*, 9(2-3): 123-156.
- Balázs N. – Kovács P.** (2021). *Család- és párterápiával a mentődolgozók kiégése ellen*. Előadás a Magyar Családterápiás Egyesület 39. Vándorgyűlésén
- Bálint M.** (1961). *Az orvos, a beteg és a betegség*. Budapest: Animula, 2004.
- Bar-On, D.** (1999). *The Indescribable and the Undiscussable. Reconstructing Human Discourse after Trauma*. Budapest: CEU Press.
- Barram, R. A.** (1997). Coping style and perceived social support among firefighter. Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering, 5145.
- Bognár T. – Kolosai N. – Hegedűs K. – Pilling J.** (2001). „Kellene, aki megfogná a haldokló kezét.” Mélyinterjúk elemzése orvosokkal. *Lege Artis Medicinae*, 11(2): 154-163.
- Brassai L.** (2011). *Az élet értelmessége mint az egészségmagatartás védőfaktora serdülőkorban*. Doktori disszertáció. Elérhető: <https://repo.lib.semmelweis.hu/bitstream/handle/123456789/1241/brassailaszlo.DOIs.pdf?sequence=1> (letöltés ideje: 2021. 05. 10.)
- Csabai M. – Molnár P.** (2009). *Orvosi pszichológia és klinikai egészségpszichológia*. Budapest: Medicina Könyvkiadó Zrt.
- Dávid I. – Fülöp M. – Pataky N. – Rudas J.** (2014). *Stressz, megküzdés, versengés, konfliktusok*. Magyar Tehetségsegítő Szervezetek Szövetsége.
- Erős F.** (2001a). *Analitikus szociálpszichológia*. Budapest: Új Mandátum.
- Erős F.** (2001b). *Az identitás labirintusai*. Budapest: Janus/Osiris.
- Dobó K.** (2015). Gondolatok az orvos-beteg kapcsolatról és a Bálint-csoportról. A gyakorló orvos és a csoportvezető szemével. In: Csabai M. – Papp-Zipernovszky O. (szerk.), *Gyógyítók egészsége. A hivatás kihívásai és a változás lehetőségei* (157-183). Budapest: Osiris Kiadó és A Gyógyító Nőkért Alapítvány.

- Fallek, R. – Tattelman, E. – Browne, T. – Kaplan, R. – Selwyn, Peter A.** (2019). Helping Health Care Providers and Staff Process Grief Through a Hospital-Based Program. *American Journal of Nursing*, 119(7): 24-33.
- Ferenczi S.** (1934). A trauma a pszichoanalízisben. In: Linczényi Adorján (szerk.), *Lelki problémák a pszichoanalízis tükrében. Válogatás Ferenczi Sándor tanulmányaiából* (439-453). Budapest: Magvető, 1982.
- Figley, C. R.** (szerk.) (1995). *Compassion/atiigue: Coping with secondary stress disorder in those who treat the traumatized*. Levittown: Brunner/Mazel.
- Fodor K. E. – Bitter I.** (2015). *Pszichológiai intervenciók traumatikus események után a poszttraumás stressz zavar megelőzésére Szisztematikus irodalmi áttekintés*. Elérhető: <http://akademiai.com/doi/pdf/10.1556/650.2015.30231> (letöltés ideje: 2021. 05. 10.)
- Fónagy, P. – Target, M.** (2005). *Pszichoanalitikus elméletek a fejlődési pszichopatológia tükrében*. Budapest: Gondolat Kiadó.
- Freud, S.** (1923). Túl az örömelven. (A halálösztön és az életösztönök). In: *Sigmund Freud: Válogatás az életműből* (495-550). Budapest: Európa, 2003.
- Fülöp E.** (2016). *A gyógyítók kiegészése az empátia és az érzelemszabályozás tükrében*. PhD disszertáció. Elérhető online: <https://pea.lib.pte.hu/bitstream/handle/pea/15628/fulop-emoke-phd-2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y> (letöltés ideje: 2021. 05.10.)
- Glover, H. – Ohlde, C. – Silver, S. – Packard, P. – Goodnick, P. – Hamlin, C. L.** (1994). Vulnerability Scale: A preliminary report of psychometric properties. *Psychological Reports*, 75(3): 1651–1668.
- Gy. Kiss E.** (2102). A személyiség pozitív erőforrásai. In: Gy. Kiss E. – Polyák L. (szerk.), *Egészség Rehabilitációs Füzetek II. A személyes és társas tényezők szerepe a rehabilitációs munkában* (107-120). Budapest: Oriold és Társa Kiadó.
- Habermas, J.** (1979). Mi az egyetemes pragmatika? In: Pléh Cs. – Síklaki I. – Terestyéni T. (szerk.), *Nyelv – kommunikáció – cselekvés* (228-259). Budapest: Osiris, 1997.
- Herman, J.** (2011). *Trauma és gyógyulás. Az erőszak hatása a családon belüli bántalmazástól a politikai terrorig*. Budapest: Háttér Kiadó – Kávé Kiadó – NANE Egyesület.
- Kerekes Zs.** (2015). A poszttraumás stressz. In: Kiss E. – Sz. Makó H. (szerk.), *Gyász, krízis, trauma és a megküzdés lélektana* (248-276). Pécs: Pro Pannónia Kiadói Alapítvány.
- Kulcsár Zs.** (2002). *Egészségpszichológia*. Budapest: ELTE Eötvös Kiadó.
- Lindemann, E.** (1944). Symptomatology and management of acute grief. *American Journal of Psychiatry*, 101: 141-148.
- Maslach, C. – Schaufeli, W. B. – Leiter, M. P.** (2001). Job Burnout. *Annual Review of Psychology*, 52: 397-422.

- Mayer K. – Lukács A. – Dr. Barkai L.** (2012). Kire jellemző a szenzoros élménykeresés? Extrém sportolók és egyetemi hallgatók vizsgálata. *Egészségtudományi Közlemények*, 2(1): 121–126.
- Mándi N. – Fekete S.** (2009). A segítő krízise. In: Csürke J. – Vörös V. – Osváth P. – Árkovits A. (szerk.), *Mindennapi kríziseink. A lélektani krízis és a krízisintervenció kézikönyve* (249-279). Budapest: Oriold és Társai Kiadó.
- Mitchell, J. T.** (1983). When disaster strikes: The critical incident stress debriefing process. *Journal of Emergency Medicine*, 8(1):36–39.
- Mitchell, J.** (1999). Trauma, felismerés és a nyelv helye. *Thalassa*, 10(2-3): 61-81.
- Pető Cs. – Kovács B.** (2010). *Hétköznapi hősök (veszélyhelyzetekben segítők) sebezhetetlenség-paradoxona avagy a gyémánt is meghasadhat...* Előadás a Magyar Pszichiátriai Társaság Konferenciáján.
- Richards, D. – Lovell, K.** (1997). Treatment of adults. Behavioural and cognitive approaches. In: Black, D. – Newman, M. – Harris-Hendriks, J. – Mezey, G. (szerk.), *Psychological trauma – a developmental approach* (264-273.). London: Gaskell.
- Sallay, H.** (2005). Serdülők szubjektív jólléte: a családban és a baráti kapcsolatban észlelt igazságosság és az igazságos világba vetett hit szerepe. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 6(4): 295-315.
- Varga, H.** (2015). Gyász a munkahelyen. A gyászfeldolgozás nehézségei és lehetőségei a gyógyító szakemberek számára. In: Csabai M. és Papp-Zipernovszky O. (szerk.), *Gyógyítók egészsége. A hivatás kihívásai és a változás lehetőségei* (63-85). Budapest: Osiris Kiadó és A Gyógyító Nőkért Alapítvány.



Tórizs Eszter

„Szálló pókok porzós hálókba szőnek”

A bekebelezés melankóliája. Vágó Márta búcsúverseiről

Vágó Márta neve – József Attila egyik nagy szerelmeként¹ – ismerősen csenghet ugyan a József Attila-életutat felületesen ismerők számára is, ám azt már sokkal kevesebben tudják – és ha tudják is, kevésbé foglalkoztatja őket –, hogy Vágó Márta a kutatók által igen nagyra becsült József Attila-memoár megírása előtt két versben vett búcsút a költőtől. Ezek megjelentek az Illyés Gyula által szerkesztett *Magyar Csillagban*, igaz, évekkel később, 1943-ban. A versek megírásának különösen fontos szerepe volt Vágó számára, aki nem csupán búcsúgesztusként és főhajtásként vetette őket papírra, hanem gyászának és elhatalmasodó melankóliájának ellenszerét találta meg bennük.

Vágó Márta 1935 végén, vagy 1936 elején idegösszeroppanást kapott, hallucinációs tünetekkel kórházba került. Az Új Szent János Kórház idegosztályán orvosa Dr. Kluge Ede volt, itt mindösszesen két hetet töltött.² Vágó ezután belátta házassága tarthatatlanságát, és különköltözött férjétől³, az önálló élet megkezdésével párhuzamosan pedig analízisét is megkezdte. Ahogy memoárjában több helyen is

¹ Vágó Márta és József Attila szerelmének két epizódja volt. 1928 tavaszán ismerkedtek meg, mikor Vágó az érettségijére készült, így kapcsolatuk első felvonása 1928 és 1929 közé tehető. Erről az időszakról tanúskodik intenzív levelezésük is, míg Márta (kis nyári kitéréssel, de a szeptemberi tanévkezdéstől már aktívan) a London School of Economics-ban, a szociális munkás szakma alapjait igyekezett elsajátítani. A fiatal szerelemnek 1929 márciusában, a távolság és József Attila hűtlensége miatt szakadt vége. Vágó barátai József Attilát ekkor már Szántó Judittal látják kávézni (Vágó, 2005, 217-218.). A „reneszánsz”, ahogy József Attila hivatkozik kapcsolatuk újjáéledésére, 1936 őszén veszi kezdetét, amikor a frissen elvált és önálló életet kezdő Vágó Márta bekapcsolódik a *Szép Szó* szerkesztésébe. Vágó emlékirata alapján nagyjából 1937 elejéig tarthatott szerelmük e második szakasza.

² Vágó Márta édesanyja részéről is hordozta ezt az „örökséget”, édesanyja már 1918-19 körül megbetegedett, mentális zavara egyre súlyosabb lett, míg a weimari köztársaság összeomlásának traumatikus élménye az édesanyjánál „idegösszeroppanást” okozott, melyből már nem épült fel. Halálának pontos dátuma nem ismert, de 1942-ben, az emlékirat megírásakor Vágó Márta már halottként hivatkozik rá.

³ Vágó Márta 1932. november 1-jén ment hozzá Dr. Mark Mitnitzky kijevei születésű közgazdászhoz, aki emigránként élt Berlinben. Hitler hatalomra kerülése után, 1933 tavaszán Vágó férjével együtt visszatért Magyarországra, Vágó József segítségével Budapesten rendezték be életüket.

említi: analitikusa Hajdu Lilly⁴ volt. Találkozása a pszichoanalitikus látásmóddal és gondolkodással olyannyira meghatározó szerepet töltött be élete során, hogy nevéhez köthető egy pszichoanalitikus tanulmány is, mely a szakma neves folyóiratában, az *Internationale Zeitschrift für Psychoanalyse* hasábjain jelent meg 1940-ben, „Ethos, Hypokrisie und Libidohaushalt” (Etosz, hipokrizis és libidóháztartás) címmel (Mitniczky-Vago, 1940). A tanulmányban Vágó az indiai társadalom, a brahmanizmus pszichoanalitikus vizsgálatát tűzi ki célul, melyhez Max Weber vallásszociológiai munkáit használja nyersanyagul.

Hajdu Lilly 1940-es, skizofréniával foglalkozó tanulmányában ismerteti – többek között, és természetesen névtelenül – Vágó Márta esetét is, mely a *Psychoanalytic Review*-ban jelent meg „Contributions to the Etiology of Schizophrenia” (Adalékok a skizofrénia etiológiájához) címmel (Dr. Hajdu-Gimes, 1940). Hajdu a skizofrénia kérdéskörét vizsgálva négy esetet ismertet, és feltételezhetően ezek közül az egyik Vágó Mártáé.⁵ A négy eset közös vonása alapján azt a hipotézist állítja fel, hogy a skizofréniás tünetek mögött hasonló környezeti aspektusok találhatók meg: „... a hideg, szigorú, szadisztikusan agresszív anya, illetve az engedékeny, közömbös, passzív apa. Továbbá, mind a négy esetben felfejthető volt a csecsemőkorban átélt éhezési periódus, mely részben az elégtelen szoptatásnak, részben pedig az édesanya kegyetlenségének és hidegségének számlájára írható.” (Dr. Hajdu-Gimes, 1940, 423.) Ebben a sajátos családmodellben az igazi érzelmek mindkét szülő részéről hiányoznak. Hajdu feltevése, miszerint a családi pszichés szerkezet összefüggésbe hozható a betegséggel, a modern skizofrénia-kezelés előfutárának tekinthető.

Hajdu Lilly számára Vágó Márta esetének ismertetése elsősorban azért volt érdekes, mert második idegösszeroppanása alatt a Hajdu által diagnosztizált skizofréniás jegyek mellett a melankólia jellemzőit is megfigyelhette páciensén, melyekkel finomíthatta a skizofréniáról felállított hipotézisét. Hajdu Freudhoz fordulva azt emeli ki a melankóliával kapcsolatban, hogy a páciens a „bekebelezett” tárgyjal azonosul, az önvád és a saját magának tett szemrehányás pedig nem önmagának, hanem a tárgynak szól. Freud elgondolásában a melankóliára „a mélységesen fájdalmas lehangoltság, a külvilág iránti érdeklődés felfüggesztése, a szeretet képességének elvesztése, a teljesítménygátlás, az énézés csökkenése jellemző, mely az önmagunknak tett szemrehányásokban és szidalmakban nyilvánul meg, s tébolyult büntetési várankozásokká fokozódik. Jobban megértjük ezt a képletet, ha megfontoljuk, hogy a gyászban ugyanezek a vonások mutatkoznak meg, egyetlen kivétellel: az énézés zavara itt nem jelentkezik.” (Freud, 2003, 454.) Hajdu ismertetésében kiemeli mindazokat a tüneteket, melyek véleménye szerint melankolikus karakterjegyekkel elegyítik az általa alapvetően skizofréniásként behatárolt kórképet:

⁴ Hajdu Lilly egyike az első magyar női pszichoanalitikusoknak, saját terminusával „holnaplány”, a budapesti pszichoanalitikus élet kiemelkedő alakja. Az 1930-as évektől a Magyarországi Pszichoanalitikai Egyesület rendes tagja, saját praxisa mellett kiképző analitikus, illetve előadásokat is tart a Poliklinikán. Fő érdeklődési területe a skizofrénia, elméleti munkásságánál azonban jóval hangsúlyosabb és kiterjedtebb gyógyító és szervező tevékenysége. A témáról bővebben értekezik Borgos Anna: *Holnaplányok. Nők a pszichoanalízis budapesti iskolájában* című kötetében (Borgos, 2018).

⁵ A kérdéshez lásd korábbi írástomat (Tórizs, 2019).

„Tavaly decemberben egy jóbarátja öngyilkosságot követett el. Barátságuk a férfival nem sokkal a halála előtt lazult meg. Páciensem tudta, hogy barátja skizofréniás volt, de ugyanezt tudta saját magáról is. Az öngyilkosságról az újságokból értesült, a hírt pedig látszólagos nyugalommal, sőt közömbösséggel fogadta. Jelentősen vehemensebb reakciót tartottam volna egészségesnek, így viselkedését a fájdalom és gyász elhárítására tett erőfeszítésként ítélt meg. A temetésen nem vett részt, méghozzá olyan indokkal, mely nyilvánvalóan racionalizálásnak tekinthető. Viselkedése és kapcsolata megváltozott velem szemben az eseményre következő hetekben, mely azt sugallta, valami zajlik benne. De erről nem beszélt, és más irányú megjegyzéseiből sem tudtam következtetni rá. Az analízis a szokásos mederben folyt, álmokat és asszociációkat hozott fel. Arra a következtetésre jutottam – többnyire az álmai alapján, melyeknek nem volt kézzel fogható értelme vagy tartalma –, hogy mindentől elidegenedett, ami korábban foglalkoztatta. A dolog, amit megsejttem, nem volt kézzel fogható vagy magyarázható.” (Hajdu, 1940, 433.)

Vágó Márta a költő halálának hírére semlegesesen reagált, sőt még a temetésére sem ment el; ezzel párhuzamosan pedig elidegenedett mindattól, ami foglalkoztatta, és önmagát vádolta azért, mert nem volt képes biztonságot nyújtani József Attila számára. Hajdu leírásából kiderül, hogy Vágó külön kiemelte az 1928-as évek tanulmányi céljaként kijelölt szociális munkás végzettséghez kapcsolódó szociális látásmód hiábavalóságát.⁶ Vágó, bár tudatában volt annak, hogy *kit* vesztett el, annak azonban valószínűleg nem, hogy *mit* vesztett el benne.⁷ Freud szerint ez a veszteség nem egyszerűen az én számára fontos személy eltűnése, hanem átrendeződés abban a viszonyrendszerben, melyben az én meghatározza önmagát, melynek az elvesztett tárgy kiemelkedően fontos része, origója. Az énézés csökkenését mutatják Vágó Márta hallucinációi⁸, melyek során többször azt képzelte, hogy hasonlóan kiemelt, és az irodalmi közeg által elismert bánásmódban részesül, mint József Attila:

„Más természetű hallucinációi is voltak. [...] Egy találkozójukon egyik barátját hallotta, amint azt mondja a szerkesztőnek: »A verse briliáns, a

⁶A József Attila-szerelem első szakaszának az vetett véget, hogy Vágó Mártát az érettségi megszerzése után Londonba küldték, a London School of Economics-ba, a szociális munkás szakmát kitanulni. Ekkor a fő szempont Vágó számára a praktikus elhelyezkedés mielőbbi megtalálása volt, s apja kapcsolatai révén a képesítés megszerzése után a Népjóléti Minisztérium által tervezett programba (gyári népjóléti intézmények létrehozása, gondozónők kiképzése) kapcsolódott volna be. (Erről lásd bővebben: Lengyel András: *Vágyak, „törvények” és szerepek ütközőpontjában* című tanulmányát.)

⁷Vö. Freud, 2003, 455.

⁸Hajdu tanulmányában következetesen hallucinációkról beszél Vágó Márta tüneteivel kapcsolatban, melyek nem csupán túlzó fantáziák, hanem konkrét auditív hallucinációk. Hajdu így összegzi: „Az elmúlt két napban auditív hallucinációi is voltak, világosan és kiemelkedően (a páciens saját szava erre) hallotta saját, tíz évvel ezelőtti szavait leveleiből, melyeket barátjának írt. Ekkor a barátságuk nagyon közeli volt, de távol voltak egymástól. Nem volt lehetőségem megbizonyosodni arról, hogy a hallucinációjának anyaga valóban megegyezett-e a levelek szavaival, de páciensem korábbi állításai alapján nagyon is valószínűsíthető. Bármit tett azokban a napokban, változatlan intenzitással hallotta leveleinek szavait, még akkor is, amikor társaságban volt, vagy az utcán sétált. Hallucinációi az analitikus foglalkozás alatt is jelen voltak, melyeket úgy mondott fel, mintha könyvből olvasna.” (Hajdu, 1940, 434-435.)

következő számban meg kell jelennie.« Belepirult a dicséretbe. Hasonlóan bántak vele, mint a halott baráttal.» (Hajdu, 1940, 434-435.)

Hajdu szerint Vágó gyógyulása, hallucinációinak megszűnése az analitikus kezelés folyamányaként azért lehetett olyan gyors, mert esetében az elvesztett tárggyal történő azonosulás nem volt teljes (Hajdu, 1940, 435.). Értelmezésében ez azért lehetséges, mert a skizofréniánál – a melankóliával ellenében – a bensővé tett, elvesztett tárggyal történő azonosulás lazább, nem túl stabil kapcsolat. Éppen ezért feltevése szerint annak ellenére, hogy a melankólia nárcisztikus rendellenesség, tartalmazhat fixációt a libidófejlődés orális szakaszából.

A költő halála után, feltehetően 1937 karácsonykor Vágó Márta felbukkan Hajdunál és elolvasásra egy levelet⁹ hoz, illetve egy verset, melyet halott barátjának írt. Ezzel kapcsolatban Hajdu a következőket jegyzi le:

„A verssel kapcsolatban a halott barát iránt érzett büntudatról beszéltünk, illetve arról, hogy valójában, a vers megírásának aktusában végre eltemette barátját. Ugyanezt érezte irodalmár barátai iránt, akik hasonló nehézségektől szenvedtek, mint öngyilkos barátja. Aztán arról panaszkodott, hogy büntudatot érez korábbi viselkedése miatt, egoizmussal, értéktelen nézőponttal és kegyetlenséggel vádolta magát, és hajlamos volt azt hinni, hogy megmenthette volna szerencsétlen barátját, ha képes lett volna az önfeláldozásra. A depresszív hangulat jellemzőjeként a depresszív állapot teljes leltára jelen volt. A levélhez még hozzátette, hogy az egész szociális érzületet és érdeklődést egészében praktikatlanak és haszontalannak tartja. Ha igazán törődött volna a barátaival, akkor nem élt volna a gyönyörű kis lakásában, hanem szétosztotta volna a vagyonát a szegények között. Kicsi bérlakásban élt volna, szegénységben, mint barátai. [...] Páciensem elismerte ezt, valamint azt is, hogy saját versében szavak, sőt egyes mondatok feltűnően hasonlóak a halott barát költői képeihez – itt és itt még azonosak is vele. Mivel a halott barát egy költő volt. (Hajdu, 1940, 434-435.)

Vágó Márta számára az írásnak különleges, gyógyító szerepe volt, élete veszteségét segítette feldolgozni, csak az írás aktusával sikerült eltemetnie a költőt. Pontos és kézzel fogható adatunk nincsen arra, hogy mely versre utal Hajdu a terápia leírása közben, viszont, mivel Vágó Márta után mindösszesen két vers maradt fenn – így nagy valószínűséggel a *Magyar Csillagban* megjelent versek közül kerülhetett ki az, amelyet (vagy amelynek első verzióját) az analitikus foglalkozásra vitte magával. Az említett két vers mellett érdemes hosszabban is elidőzni, hiszen amellet, hogy „feltűnően” átsejlenek soraik között József Attila költészetének jellemző fordulatait, elemeit, szavait; egyúttal versnyelvvé formálják a lírai én gyászát és melankolikus fájalmát.

Julia Kristeva, amikor Nerval versének egyszerre ragyogó és éjfékete napjával jellemzi a melankóliát (Kristeva, 1989, 13.), akkor nem pusztán a tökéletes metaforát

⁹ Hajdu arról beszél az esetismertetésében, hogy a levelet egy irodalmár barátjának írta Vágó, József Attila halála után, így a levél ismeretlen.

találja meg rá, hanem újra is alkotja a freudi fogalmat. A melankóliát elsősorban a nyelvben artikulálódó betegségként határozza meg, mely legfőbb jellemzője az aszimbia, a megfosztottság a nyelv szimbolikus erejétől, a monotónia és az ismétlés, valamint a nyelv és az affektus közötti törés: „ha nem vagyok képes az értelmezésre és a metaforizálásra, akkor elcsendesülök, elnémulok és meghalok”. A melankóliás számára az univerzális jelölő folyamat, a nyelv maga válik idegenné, a szavak cserbenhagyják és elvesztik jelentésüket, miközben körbe ölelik, elzárják és hozzáférhetetlenné teszik a központi és kimondhatatlan érzést (Kristeva, 1989, 53.).

Kristeva a nyelvet nem univerzális jelrendszerként, hanem jelölő és jelentőség-adó folyamatként vizsgálja, mellyel nem az orvosi terminusokat, hanem a jelölő gyakorlatok különböző specifikumait helyezi előtérbe a fogalom meghatározásakor. Munkásságának fontos pontja, hogy megszólalhasson a néma, hangot kapjon a beszédképtelen, ennek pedig Kristeva szerint az írás a lehető legkézenfekvőbb módja. Az írásban megszólal a néma, nyelvet és formát kapnak azok az érzések, melyek korábban kifejezhetetlenek voltak. Az írás trükkje így Kristeva szerint pontosan az, hogy míg a melankóliával sújtott a melankolikus tapasztalatáról ír, sikeresen képes kezelni és elkerülni a melankóliát. Ennek a sikernek a kulcsa – és Kristeva Nerval-értelmezésének egyik sarkalatos pontja (Kristeva, 1989, 14, 22.) – hogy az írásban az egyértelmű és egyhangzású információközvetítés helyett a prozódiai sokféleség (hangzás, ritmus, alliteráció, szemantikai többértelműség, a jelek el- és újra rendezése stb.) segítségével megfogható és kordában tartható a szomorúság. Az irodalmi alkotás így pontosan azáltal válhat a szomorúság és a fájdalom tanújává, hogy az érzelmeket jelekbe, ritmusba és formákba helyezi át (Kristeva, 1989, 22.). Kristeva felismeri az írás és a melankólia elkerülhetetlen kapcsolatát: megírni és megnevezni a szenvedést kétségtelenül a gyász megfékezésének egyik leghatékonyabb módja (Kristeva, 1989, 97.). Egyik interjújában arról beszél, hogy hogyan lehet egyáltalán megközelíteni azt a páciens, aki – melankolikusként vagy depressziósként – elutasítja a nyelvet, mert értelmetlennek vagy hamisnak tartja a kimondott szavakat: mégis hogyan lehetséges közel férkőzni hozzá a terápiában, melynek fő eszköze éppen a beszéd? Az ellentmondás feloldására szerinte az írás kreatív és dinamikus folyamatának terápiás, gyógyító ereje szolgálhat, mellyel megállítható és jelekbe fordítható a melankolikus folyamat.

Vágó Márta a terápia során önkéntelenül, analitikusa kérése nélkül is az írás segítségével próbálta kimozdítani az analízist a holtpontonról azzal, hogy egy magánlevelét, illetve egy versét vitte magával a találkozóra. A vers pedig, melyet Hajdu Lilly olvashatott, túpontosan körvonalazta a páciens, Vágó Márta lelkében zajló folyamatokat. Bár nem tudjuk, melyik lehetett a Hajdu Lillyhez vitt vers az általunk ismert kettő közül, kompromisszumként megelégedhetünk annyival, hogy mindkettőt megvizsgáljuk közelebbről a gyász és a melankólia felől, hiszen azon felül, hogy a páciens analízisét segíthették és utat mutathattak Vágó Márta számára az elviselhetetlennek tűnő veszteség feldolgozásához, önmagukban is önálló líranyelvet képviselnek. Mindezek mellett fontos kiemelni, hogy nem a versek lehetséges irodalmi értékének vizsgálata és alátámasztása a vizsgálat célja, inkább terápiás és gyógyító funkciójuk feltárása, melynek fontos része azon kapcsolódási szálak felfejtése, melyek a két verset József Attila lírájához kötik.

A memoárban ezzel vezeti fel a két verset Vágó: „Csak sokkal később értettem meg egészen mi történt, mit vesztettem én is, végleg. Az emlékek fojtogattak, előkerestem leveleit, utána kiáltottam két verssel...” (Vágó, 2005, 360.) Arról a visszaemlékezés szövege mélyen hallgat, hogy mi rejlik a „később érttem meg”, a versek megírása mögött és között, illetve milyen nagyságrendű erőfeszítésbe és lelki munkába kerülhetett egyáltalán Vágó Mártának az, hogy eljusson a versírásig. A verseken keresztül pedig a veszteség elismeréséhez és ahhoz, hogy képes legyen búcsút venni (legalább a versek erejéig) József Attilától.

Szonett

„Illatot ad a föld a szélnek és esőnek,
Illanó sóhajt én is tenéked kedvesem,
A messze sírba küldöm hívó lehelitem,
Szálló pókok porzós hálókba szőnek.

Játszó légfodrocskák lebegnek szerteszt,
Mosolyod árnya libben, keskeny, ravasz, kemény
Ellágyuló szájad és nedves szemed felém,
Kapkodom belőlük szavad lehelletét.

Lehajolnék érted, hogy elringassalak,
Sikoltanék füvet, gyökérszálat szaggatva:
Ne korhadt abroncsok, de én karoljalak.

Földcafatok közül, szamócán ha tapad,
Úgy szednék ki én gyöngéden tisztogatva
És meleg irhamba burkolnám arcodat” (Vágó, 2005, 361.)

Hajdu Lilly leírása alapján Vágó Márta az analitikus foglalkozáson több helyen is rábök az általa hozott versre, mely „itt, itt és itt” hasonló, sőt helyenként még azonos is a barát, azaz József Attila költői képeivel. A memoárban közölt két vers közül a *Szonett* című alkotás pedig, nem csupán hasonlóan használt költői képekben bővelkedik, de már a cím- és formaválasztás is sokat mondó József Attila felől, hiszen a költő az 1920-as évektől nem írt szabadverset, költészetét lényegében a kötött forma uralja (Báthori, 2005, 393-404.), a kötött formák között pedig igen jelentős szerepet töltött be a szonett, gondoljunk csak a *Kozmosz énekének* grandiózus vállalkozására.

Ehhez kapcsolódva játékosabb kontextusban érdemes megemlíteni egy epizódot a visszaemlékezésből, mely Vágó Márta érettségi vizsgája után¹⁰, a vizsga utáni megkönnyebbülésben, a kávéházi összejövetelek egyikén játszódik, a *Versverseny és soroskérdés* című fejezetben (Vágó, 2005, 62-65.). József Attila ekkor szonett-versenyt hirdetett, amolyan költői-lovagi tornát, melyen Benedek Marcellel mérkőzött meg Vágó Márta kegyeiért. Mivel a költő kijelentette, hogy a világon bármiről lehet

¹⁰ Vágó Márta érettségi bizonyítványának kelte 1928. június 8. (Lengyel, 2012, 90.).

szonettet írni, még a kávéházi asztalról is, amit körül ülnek, ezért a téma, és mindkét szonett címe a *Kerek asztal* lett, a lovagi torna győztese pedig Benedek Marcell, kereken két perccel. Vágó Márta, a visszaemlékezés megírásakor többször említi, hogy József Attila verseinek kéziratait tartja a kezében, levelekbe szőve, vagy egy-egy kitépett füzetlapon (mint az említett tornán keletkezett szonetteket is), így ezek mentén (is) emlékezik, ezek mentén halad az emlékezés fonala, melyre felfűzi az egyes epizódokat. Tüneteiből és az auditív hallucinációiból (mikor saját leveleinek hangját hallja) többek között arra következtethetünk, hogy elővette, átnézte és újraolvasta József Attila leveleit is az 1928-29-es évekből, illetve a birtokában lévő kéziratokat ekkor, közvetlenül József Attila halála után is. A visszaemlékezésben a fenti epizód kéziratát nosztalgikus szeretettel említi: „Valaki kitépett egy füzetlapot, és az egyik oldalára Marci írta finom, vékony, halvány betűivel (itt fekszik előttem): [...] A füzetlap másik oldalán, ugyanazzal a ceruzával egészen vastag írással írta Attila.” (Vágó, 2005, 63.) Bizonyára túlzás volna azt feltételezni, hogy a játékos szonettverseny emléke vagy éppen a kézirat volt az, mely a szonett formát katalizálta Vágó versének keletkezésekor, viszont érdemes szem előtt tartani, hogy a József Attila-i játékos és komoly ragaszkodás a formához, ezen belül pedig a szonett formához kézre álló kapcsolódási pont lehetett számára búcsúzásakor.

Vágó Mártát egyszerre izgatta, de meg is rémítette a versírás folyamata. A memoárban említi, hogy meg akarta lesni, hogyan alakul a vers József Attila keze alatt, például Thomas Mann látogatása előtt, amikor a költő feladata volt verset írni a Thomas Mann tiszteletére rendezett *Szép Szó* est alkalmából. Ekkor nem akarta egyedül hagyni József Attilát, hátha elcsúsz egy jelentékeny pillanatot (Vágó, 2005, 315-316.). Ugyanakkor azt vallja, a versírás folyamata, az, hogy saját maga írjon verset, borzasztóan megrémíti (Vágó, 2005, 315.). Vágó Márta tehát abból a pozícióból, mely rettegéssel vegyes kíváncsisággal tekint a versalkotásra, József Attila halála után eljut addig, hogy a veszteség feldolgozására egyedül az eddig rettegett eszköz szolgálhat.

De mit adhat a vers? Hogyan szakíthatja meg az ismétlődő hallucinációk monotóniáját? Hogyan nyithat utat a feldolgozásnak? Ha egyetértünk Julia Kristevával abban, hogy az irodalmi alkotás azzal, hogy formát ad a tapasztalatnak, képessé teszi a gyászba, vagy melankóliába süllyedt egyént a kimozdulásra, akkor Vágó Márta esetében azt láthatjuk, hogy a forma megkövetelte tulajdonságok mellett Vágó verse éppen azáltal szolgálhat gyógyírként, hogy képes versnyelvi eszközökkel, a lírai én segítségével megtenni, amit Vágó nem tudott egykor. Ezzel pedig, köztes megoldásként, lehetővé teszi számára a kilendülést a melankolikus monotóniából.

Már a szonett-forma választása is jelzésértékű volt, melyet a formán belüli finom megoldások tovább erősítenek. Vágó Márta mindkét versének magja a befogadás akarása, a betakarás, az elnyelés, a begyűjtés, ezt pedig a *Szonett* rímszerkezete is erősíti, hiszen Vágó a rendelkezésére álló lehetőségek közül éppen az ölelkező rímes szerkezetet használja, nagyon tudatosan. Az összecsengések versszakról versszakra mutatják és imitálják a körbe ölelés gesztusát, hogy aztán az utolsó sorban a lírai én ki is mondja a legelemibb befogadás vágyát.

A vers egészét természeti képek rendszere szövi át, a levegő és a föld (mely elfedi az elvesztettet) újra és újra felbukkanó ellentétére építve. A legelső versszak ugyan a föld illatot adó erejével nyit, de ebben a versszakban és a következőben is a levegőé és a levegő által továbbított elemeké (porzó, pók, pókháló, lehelet) a főszerep. A második és harmadik sor megszólításával feltűnik a versbe foglalt „te”, feltűnik az alak, akitől nem egyszerűen búcsúzni kell, hanem feltámasztani. A „messze sírba” küldött lehelettel az életre keltés, az életre lehelés a lírai én szándéka, hasonlóan a földhöz, mely „megízésíti” az esőt – hiszen az esővíznek önmagában nincsen illata, hanem a földdel (illetve a földben található petrichorral¹¹) történő érintkezés adja a jellegzetes illatot. József Attila egy alkalommal (már a kapcsolatuk második szakaszában) azt próbálta meghatározni, hogy miért szereti pontosan Vágó Mártát. Mi az végső soron, ami megfogható és költészetté is fordítható a saját költészetelméleti megfontolásai alapján:

„– De igen, a mosolyoddal kell valamit csinálnom! – Aztán rám kiáltott: – Ne mosolyogj rám, ez nem nekem való. – Megijedtem. – Miért nem? – Fölkelt: A régi költők ezt úgy mondták volna, hogy *ne fűzd a szívemet rózsafüzérekkel rabláncra!* – mondta lassan válogatva a szavakat és ironikusan szavalva. Nevetett, és végigszaladt a szobán. Visszafordult: – De én mit mondhatok? – Odajött és szorosán elélem állt: – Milyen a mosolyod? Aromatikus. Bosszúsan elfordult: – De én magyarul akarom mondani! [...] – Miért szeretlek úgy, te bűdös? – kérdezte felindulva, és belecsókolt a nyakamba. – Mert jó ízű van, ez az egész! – Na tessék – kiáltott fel hirtelen mérgesen – megint itt tartunk: Aromatikus!” (Vágó, 2005, 296-297. Kiemelések az eredetiben. Az idézett rész Vágó Márta és József Attila szerelmének második szakaszában, tehát 1936-37-ben játszódtott le.)

Szerelme esszenciájának meghatározását József Attila ebben az emlékből az aromatikus szóba sűriti. A lírai én a vers legelső sorával önmagát a földhöz hasonlítja, hiszen a föld is aromát ad a levegőnek, mikor az esővel érintkezik, előcsalogatva a jellegzetes illatot. A sóhaj pedig, mely életre hivatott lehelni a sírban fekvőt, a csók és a kapcsolat intimitásának metaforájaként éppen ezt az aromatikus jellegzetességet küldi a feltámasztásra.

A versszak utolsó sora („*Szálló pókok porzós hálókba szőnek*”) szintén hozzákapszolható a fenti emlékhöz (ugyanahhoz a szituációhoz köthető, mint az aromatikus körüljárása), illetve József Attila törekvéséhez, mellyel szinte görcsösen próbálta megfogni Vágó Mártát saját érzéseinek fényében:

„– Megint elélem állt: – A szemedről se tudok, semmi se sikerül! – Összeráncolta a szemöldökét, lenéző hangon, szemöldökét fel-felráncigálva kezdte megint: – A régi költők mit mondtak volna? Hol ibolyakék, hol tengerzöld, hol nefelejcsszínű – Minden jelző végén émelygősséget éreztető gúnnyal lepittyedt a hangja megvetően. Felvonta a vállát, és éles gúnnyal nevetett: – Nem a szín a lényeges. – Most, mintha egy titkot közölné, bizalmasra nyíló, aztán feszült és büszke mosollyal, majdnem suttogva mondta: – Egyetlen sor sikerült csak eddig: *merítsd szemed hálóját mélyre bennem!* Érted: hálóját! – ismételte lassan, és tenyerét

¹¹ Görög kifejezés: a *petros* jelentése kő, míg az *ichor* az istenek vérének jelenti.

öblösen tartva megemelte, lágyan széjjel engedve ujjait. Látszott, hogy ezzel érzékien megjeleníti magának a vízbe merített hálót. A háló átengedi a vizet, de a halat kifogja, a lényegeset azért kiemeli, ha sok mindent át is enged – mondta –, csak elég mélyre kerüljön. – Lassan morogta tovább: *Végy ki e mélyből engemet...* – aztán hirtelen dühösen: Tovább nem megy! – Fáradtan leült, gondolkozott.” (Vágó, 2005, 296-297. Kiemelések az eredetiben. Az idézett rész Vágó Márta és József Attila szerelmének második szakaszában, tehát 1936-37-ben játszódott le.)

József Attila végül az 1937 júniusában keletkezett *Az árnyékok* kezdetű versébe illeszti a fenti kiemelt sorokat, ami pedig a meglévő két sor köré kerekedik, igazán érdekes Vágó Márta verse felől, hiszen a „*Szálló pókok porzós hálókba szőnek*” sor kapcsolódhat József Attila soraihoz:

Mint tenger, reng az éjszaka,
növényi szenvedély szaga
fojtja szoruló mellem.

Végy ki e mélyből engemet,
fogd ki a kéjt, merítsd szemed
hálóját mélyre bennem. (József A., 2006, 504.)

A „növényi szenvedély”¹², mely olyannyira megtölti az éjszakát, hogy az illat már fojtogató, egyszerűen, nevén nevezve a porzóból felszálló virágpor, mely a Vágó-vers pókhálóját borítja. A porzó pedig ugyanúgy illattal tölti be a levegőt, mint ahogy a föld megízesíti az esőt Vágó versében. A növényi szenvedély szagát a lírai én belelélegzi, ezért nehezül el a mellkasa, míg Vágó Mártánál a lírai én kilélegez, sóhajt és életre lehel. A háló József Attila versében a versben megszólított másikkal kapcsolódik, az ő része, szemének hálója, mely képes a halat (a lényegét) kifogni, ahogy azt a visszaemlékezésben említette a költő. A szem mélyre merített hálója, mely kiszűri a feleslegest, és a szem kapcsolódása másutt, már korábban is megjelenik Vágó visszaemlékezésében – úgy tűnik, József Attilát kimondottan foglalkoztatta ez az elgondolás a Vágó iránt érzett szerelmének meghatározásával kapcsolatban.

„– Ha most nem vállalsz szőröstül-bőröstül – mondta dühösen, elfordult, megint visszanézett: – Te fogsz a legjobban bögni! – Megrázta a fejét: – Fogsz vállalni – mondta határozottan, keményen. – Most dühös vagy. De máskor fogsz a szemeddel, tartasz vele – fölemelt tenyereivel és valami kínlódó arcrángással mutatta ezt. – Másokon átnézel, gyakran látom, de rajtam mindig fennakad a szemed, körül fog és tart! Ha verset mondok, néha fölkel és átjössz hozzám a szemeddel, fölkel a helyedről és átjössz!” (Vágó, 2005, 245. A Vágó-szerelmének második szakaszában, valamikor 1936-ban mehetett végbe a párbeszéd.)

A Vágó-vers első szakaszának első három sora egyértelműen a megszólított szerelmeshez szól, míg az utolsó sora a lírai én jelenbeli pillanatának hiteles önreflexív

¹²Azt már csak érdekes egybeesésként érdemes megjegyezni, messzemenő következtetések nélkül, hogy 1929-es szakításuk után, amikor 1936-ban ismét találkoztak Hatvany Lajosnál, aki megkérdezte Vágótól, miért maradt otthon a férje, miért nem volt képes félrerakni a munkát, Vágó a következőt feleli: „A Szendély mondtam kissé ironikusan – patetikusan „szendély”-nek ejtve a szót. Attila kissé dühösen és leplezetlen érdeklődéssel nézett fel és figyelmesen szemlélt.” (Vágó, 2005, 219.)

képét adja. Hiszen milyen merevnek, mozdulatlannak kell lenni ahhoz, hogy egy embert, aki nem zsákmány a pók számára, az állat hálóba burkoljon? A lírai én a vesztésbe fagyott, már-már megkövesedett, így tud elég nyugodt lenni ahhoz, hogy a széllel szálló apró pókok beborítsák a pókhálójukkal. A versszak és a későbbi szakaszok alapján csak egy sóhaj képes elhagyni a száját: olyannyira beleragadt a fájdalomba, hogy megkövült. Ha le akarjuk írni a versben elképzelt jelenetet, akkor egészen egyszerű – a melankólia ábrázolásának hosszú hagyományát is felidéző és abba illeszkedő – képet kapunk: a szerelmes lírai én az elvesztett sírjánál állva gyászol. A lírai én itt azonban nem egyszerűen a vesztésén mereng, hanem a vesztés jelévé válik, a sírkövé, melyet a szálló pókok hálójukkal borítanak.

Jean Starobinski, amikor a Baudelaire költészetében megjelenő melankóliáról és annak előképeiről beszél, kiemeli, hogy a melankolikus habitus legállandóbb jellemzői közé tartozik a lassúság és az elnehezültség, a *lomha léptek*, „már amennyiben e személy nincs tökéletes mozdulatlanságra ítélve.” (Starobinski, 2007, 189.) A melankolikus személy elveszti a kapcsolatot saját belső ideje és a külső dolgok mozgalmassága között, ugyanakkor annak is tudatában van, hogy maga sem sieti el a külvilágnak adott választ (Starobinski, 2007, 189.). A Vágó versében megjelenő lírai én szobor-merevségű alakja pontosan ennek a melankolikus merevségnek és mozdulatlanságnak a megtestesítője. Ha pedig egy lépéssel visszább lépünk a szövegtől és nem a versbeli én, hanem az író viselkedését vizsgáljuk, természetesen ott is ugyanezt a visszavonulást és elzárkózást figyelhetjük meg. Hajdu Lilly tanulmányában azt írja, hogy a költő barát, azaz József Attila halála után Vágó hetekig nem vett tudomást az eseményről, közben pedig az analízis ment a szokásos mederben, de Hajdu mégis érezte, hogy valami nincsen rendben.

Aztán egyszer csak, tulajdonképpen magától, Vágó elviszi neki a versét, illetve egy levelét, és ezzel az analízis új útja nyílik meg, teret adva a ténylegesen hathatós munkának. Felmerül a kérdés: miért pont akkor és miért pont az írással? Miért az írással engedett fel Vágó a megmerevedett, már-már múlttá és kövé dermedt valóságából? A válasz nem egyszerűen az, hogy képes volt megfogalmazni és formába önteni a fájdalmát, hanem az, hogy csakis az írás által volt képes kapcsolódni nem csak az elvesztetthez, de önmagához is. Hiszen a másik elképzelt sírjánál állva, a másik mellett volt képes meglátni saját, jelenbeli állapotát: mint egy kő, egy emlék, egy sírfelirat áll a versben, melyre pókhálót fúj a szél, és megkövült múltként őrzi magába zárva József Attila elvesztésének fájdalmas emlékét. A versírás többek közt azért szolgálhatott vigaszul, mert József Attila költészetében pont ahhoz a darabhoz kapcsolódott, mely igazán, mélységeiben próbálta megragadni kapcsolatuknak azt az oldalát, melyet Vágó Márta volt képes adni a költő számára.

A vers a későbbiekben is, következetesen felidézi József Attila lírájának jellemző motívumait. Ugyanakkor úgy vélem, a legjelentősebb kapcsolódási pont *Az árnyékok...* kezdetű vershez köthető, mely megidézi azt a két sort, mely József Attila szerint szerelmének esszenciája, aromája. Ehhez a vershez kapcsolódni pedig azért lehetett olyan hatásos, szemben például a kimondottan és egyértelműen Vágónak dedikált darabokkal, mert pontosan azt a nehezen megfogható esszenciát tartalmazza, melyet József Attila is olyan görcsösen próbált megtalálni. Így a hozzá kapcsolódó költői képek és megfogalmazások használata azért feloldó erejű, mert ezek segítségével képes

túpontosan leírni saját, akkori állapotát. „*Hiába fűröszöd önmagadban / csak másban moshatod meg arcodat*” – állítja a költő korai versében, jóval megismerkedésük előtt 1924-ben. Vágó Márta pedig épp ezt teszi: az elvesztett költészetének „vizében” mossa meg saját arcát, erőt merítve a szembenézéshez és ahhoz, hogy az analitikus terápia keretein belül őszintén tudjon róluk beszélni.

A szonett következő szakaszában a levegő, a szerteszt szálló légfodrocskák mellett megjelenik és életre kel a megszólított és életre hívott másik is. Vágó Márta az elvesztett költő alakját az első strófához hasonlóan utalásokkal, József Attila költészetéhez kapcsolódással idézi meg, a nyitott kapcsolódási pontokon keresztül pedig a közös emlékek is megjelenhetnek. A kapcsolódási pont, a felidézés és már-már kísérteties megidézés, mely az egész versszakot átszövi, az 1928-as keletkezésű *Óh szív! Nyugodj!*-hoz köthető. A vers keletkezésének idején, 1928-ban Vágó Márta és József Attila kapcsolata már csak levelekben tart, de a vers keletkezése közös ponthoz, Ürömhegyhez köthető, ahová a Vágó-család barátai társaságában szeretett kirándulni. A visszaemlékezésben egy egész fejezetet kapnak az örömhegyi emlékek, a lakomák Irma néni és Károly bácsi¹³ hétvégi házában, ahol József Attila az első kirándulás után többször egyedül is ellátogatott, illetve, amíg az időjárás engedte, kint is aludt. A fejezetben az emlékek mellett Vágó több vers keletkezését (például a *Klárisok*, *Piros hol körül*), illetve egy-egy sor mögöttesét is magyarázza: „Ebéd után matracok, szalmazsákok, színes díványpárnák, szöttesek, takarók kerültek elő a házból. Ki-ki vette a cókmojkját, [...] és elvonult aludni a mezőn vagy a házon körben futó széles eresz alatt, ahol akart... *Hűvöslő szalmazsák a réten* – ezt a sort nehéz megérteni az „ürömi viszonyok” ismerete nélkül.” (Vágó, 2005, 113.) Az *Óh szív! Nyugodj!* József Attila utolsó ürömi verse volt, mert a költő – ahogy évekkel később bevallja Vágó Mártának (Vágó, 2005, 314.) – még ősszel is kint volt Ürömhegyen, amikor már mindenki beköltözött az ismerősök közül.

A vers második szakaszának is fő eleme a levegő, a lég, mely a kilehelt légfodrocskákban rezeg, játszik és közvetít. A levegő rezgései különleges hanggá állnak össze: a lírai én „kapkodja” a másik „lehelletét”. A versszak képei a hang és beszéd megjelenítésével (a levegő rezgő légfodrocskái a hang terjedésére is utalhatnak), melyre már csak versben van lehetőség – bár itt is korlátozottan, hiszen kapkodni kell a szavakat, sietni kell –, valamint az intim, szerelmes gesztus megjelenítésével (egymás szájából lélegezni) hozzák el az elérhetetlent, a beszélgetést a költővel. Azzal pedig, hogy Vágó itt is nagyon erősen megidézi, sőt használja József Attila költői képeit, a lég és a lélegzés gondolatköre kitágul: Vágó „belélegzi” a költő szavait, kapkodja a leheletét, aztán pedig kilélegzi a verset, a második szakaszt, mely teletüzdelt – többek között – az *Óh szív! Nyugodj!* költői képeivel. A legfontosabb ezek közül pontosan a lehelet, mely József Attilánál az első szakaszban kap helyet:

Fegyverben réved fönn a téli ég,
kemény a menny és vándor a vidék,
halkul a hó, megáll az elmenő,
lehellete a lobbant keszkenő. (József A., 2006, 299.)

¹³ Dr. Polacsek Károly ügyvéd és felesége.

Az elmenő, eltávozott „lehellete” és szavai azok, melyeket Vágó szonettjének második szakasza megpróbál megfogni, összekapkodni, belélegezni és aztán verssé formálni. A szakaszban megjelenő másik száját keskeny, kemény (mint *a menny*) és ravasz (mint a *csecsemő*) mosolyra húzza („Mosolyod árnya libben”: a lobban-libben szavak erős összecsengésére érdemes figyelni); az előzőleg sírba küldött szó előhívta és a versszak erejéig feltámasztotta az elvesztett alakját. A megidézés formája pedig az a vers, mely már az 1928-as kapcsolatuk végét jelezheti Vágó olvasatában, hiszen az *Óh szív! Nyugodj!* soraiban a lírai én már áttetszőnek és megfoghatatlannak látja az incselgő szerelem-madár képét:

Óh szív! nyugodj! Vad boróka hegyén
szerelem szólal, incseleg felém,
pirkadó madár, karcsu, koronás,
de áttetsző, mint minden látomás. (József A., 2006, 299.)

A *Szonett* soraiban viszont József Attila alakja a látomás, a megfoghatatlan, akivel minden másodperc érték, akinek még a lehelletét is kapkodni kell.

Az első két szakaszban lokalizálható múltbeli pillanatok, melyekhez a lírai én kapcsolódni próbál a József Attila-i idézetek segítségével viszonylag jól körülhatárolható idősíkokat fednek le. Az első szakasz a szerelem reneszánszához nyúl vissza (ahogy József Attila nevezte kapcsolatuk újra felmelegedését 1936-ban), míg a második szakasz szerelmük kialakulásának évét, az 1928-as évet idézi meg – előkészítésül a következő két strófa feltételes módba öltöztetett búcsújának. Ezekben a lírai én minden cselekedete feltételes módba kerül: „lehajolnék”, „sikoltanék”, „szednék ki”. A feltételes cselekedetek pedig egytől egyig a gyászmunkához kapcsolhatók. Az érzelmek szabadjára engedése, a sikoltás, a szeretett személy elvesztése miatti düh, már a sokk utáni, a gyással (Vágó esetében még melankóliával is) szembenező, azt feldolgozni igyekvő magatartások közé tartozik, szemben Vágó korábbi, dermedt állapotával, melynek hatása alatt még József Attila temetésére sem ment el, melyben szerelmi tárgyvesztése melankóliás „énvesztéssé” (Freud, 2003, 459.) alakult át. A veszteség elismerésének és felismerésének pillanata rögzül a következő két szakaszban, a melankóliára jellemző én és tárgyazonosulás pedig feloldódni látszik, hiszen a lírai én itt már külön tárgyként, megmentendőként, beburkolandóként utal az elvesztett tárgyra, József Attilára.¹⁴ A fenti cselekedetek ugyan a vers nyelvén feltételes módban állnak, viszont a versírás aktusa által mégis kapcsolható hozzájuk aktivitás, hiszen a vers, az írás azért mégis sikolt, mégis szolgálhat a fájdalom csatornájaként. Az utolsó két szakaszban már nincs jelen a megidézett másik, csupán a lírai én monológja kap helyet.

A harmadik szakasszal a versben megjelenő idősíkok szempontjából elérkezünk a jelenbe, a versírás jelenébe, 1937-be, a versbeli feltételes gyászmunka idejébe. Amit

¹⁴Korábban már megemlítettük Hajdu Lilly eseteírása alapján, hogy Vágó Mártának hallucinációs tünetei voltak, melyek azt mutathatják, mennyire vonakodhatott Márta visszavonni a libidóheyzetet (vö. Freud, 2003, 455.), inkább hallucinációs vágypszichózissal rögzítette a tárgyat. Hallucinációi között jellemzően szerepelt az is, hogy remek költőnek képzelte magát, hogy a baráti társaság olyan dicséretekkel halmozta el, melyet rend szerint József Attila mondhatott magáénak. Ekkor tehát, a versek megírása előtt, az elvesztett tárgyról végül visszahúzódó libidó megeremtette az „én azonosulását a feladott tárggyal”. (Freud, 2003, 459. Kiemelés az eredetiben.)

Vágó Márta a költő temetéséről való távolmaradással elmulasztott, azt képzeletbeli sírjánál állva próbálja elvégezni. Természetesen ebben a szakaszban is jelen van a költő munkássága, hiszen a lírai én sikoltás közben a gyökérszálak mellett füvet szaggat, talán éppen azt a *halált hozó füvet*, mely elvesztett szerelmének *gyönyörűség szívén terem*. A vers rímszerkezetének indirekt közlése mellett a harmadik szakasz ki is mondja a lírai én vágyát: a koporsó ölelése helyett saját karjaiba zárná és elringatná az elvesztettet. A befogadás – ha még csak tudattalan elvárás szintjén is – József Attilánál is meghatározó volt. Kapcsolatuk első szakaszában, 1928. szeptemberi levelében a következőket írja Vágónak:

„... az éjjel azt álmodtam, sakktábla vagyok, és te vagy a 32 figura, azaz hogy te vagy a sakktábla és én a figura. Már nem tudom kik, milyen hatalmak játszottak velem, de olyan erélyesen csapkodtak hozzád, hogy nekem is fájt. Állandóan valami fontos figura-elememet ütötték ki, mindig fogytam, de végül a világos figurák megmattolták a sötéteket. Aztán ama bizonyos hatalmak összeszedtek, kiütött részeimet és a győzteseket meg a legyőzötteket egyenként, komplett 32 figuraként aztán visszaraktak beléd. Aztán téged összecsuáltak és – katt – bekattintottak.” (Vágó, 2005, 157.)

Az utolsó szakaszban megjelenő „beburkolás” vágya azonosítható a tárgyválasztás egyik freudi típusával: „az eredeti narcizmusra való regresszióknak felel meg [...] az azonosulás a tárgyválasztás előfoka, s az első, kifejeződésében ambivalens módja annak, hogy az én kitüntet valamely tárgyat. Be szeretné kebelezeni a tárgyat, méghozzá a libidófejlődés orális vagy kannibalisztikus szakaszának megfelelően, felfalás útján.” (Freud, 2003, 460.) Az étkezés, a felfalás már a földdarabos számóca képeinek megjelenésével fontos szerepet kap a szakaszban, az utolsó sor ezt fokozza egészen a bekebelezés-beburkolás vágyáig: „*Meleg irhámba burkolnám arcodat.*” Az irha a bőr azon része, melyben az idegvégződések, vagyis a hő, a fájdalom, a nyomás és a tapintás ingereit felfogni képes receptorok többsége található. Tehát az a réteg, melybe bekebelezné a lírai én a sírból kiemelt és aprólékosan letisztogatott kedvest. Ez a réteg maximálisan érzékeny, és szöges ellentétben áll az első versszakban megjelenő kővé dermedt, pókhálóval fedett én-képpel. Az ellentétet, pontosabban a felengedést az érzékelés és az érzelmek felé a versnyelv feloldó ereje adja. A megszólítás, a halott kedves fiktív kihantolása, az életre hívás lehetősége, illetve a befogadás kinyilvánítása az, mely lehetségessé teszi, hogy a kővé dermedt, múltban létező lírai én felengedjen, egyúttal elengedje, majd újra az elvesztett tárgyhoz kapcsolja az énről visszahúzódó libidót, a veszteségnek immár teljes tudatában. A kedves megmentésének lehetősége mutatja az utat a lírai én számára önmaga megmentéséhez. Hiszen miközben képes a veszteségről és a veszteség megszüntetéséről beszélni – igaz, csak feltételesen –, aközben változik saját magáról alkotott képe is: újra idegvégződésekkel rendelkező, érző és élő egyénné válik, kibillenve a melankolikus merevségből.

Az eltávozotthoz

Te összeszűrtél világokat.
Fénylő csóva a homlokodból
Ível felém. Lomha anyag,
Lassan érő hús, rajta, mozdulj.

Most ér utol, ami lepergett
Rólad egykor, most gyújt, ráz és ver,
Mint a villám leterített,
Mefogamzott és egyre kérlel.

Más világba költözködjem most,
Hogy kihordjam és ne holtan szüljem
Vagy itt maradjak s mint a sót
A többi dolgok közé szűrjem?

Innen szólok hozzád, hiába,
Megint csak élve. Latolgattam.
Bűntudat sarkall, de látva
Tisztán téged is, megnyugodtam.

Összemérlek, kivel? magammal
És kivilágolt tisztaságod,
Sugárzó lény, salaktalan,
Kulloghatok én már utánad.

Szembefordultál, ellöktelek,
Most hívhatlak porban, esengve
S mögöttem járva gyűjthetem
Hulladékaid perselyembe. (Vágó, 2005, 361-362.)

A fenti vers a második, melyet a memoárba fűzve olvashatunk. *Az eltávozotthoz* soraival Vágó Márta szintén egyértelműen kapcsolódik József Attila verseihez, sőt a vers ugyanabba a formába öntött válaszként is értelmezhető a költő egyik utolsó versére, az *Ime, hát megleltem hazámat...* soraira. Egymás mellé helyezve a két alkotást rögtön feltűnik a majdnem tökéletes formai hasonlóság, Vágó alkotása egyetlen versszakkal rövidebb a költő versénél. Búcsúversre ír búcsúverset Vágó Márta, melyben a *Szonett*hez hasonlóan a befogadás, elnyelés és kihordás adja a fő motívum-hálót, melyet apró kitekintésekkel tarkítanak a költő más verseire, vagy közös emlékeikre tett utalások.

Rögtön az első sor felidézi a *Szonett*ben már fontos szerepet kapó háló képét, ám itt a költőre, és nem Vágó Mártára hárul a lényeg kifogása: „összeszűrtél világokat” – „és tenyerét öblösen tartva megemelte, lágyan széjjel engedve ujjait.” (Vágó, 2005, 296.) A második sor fénylő homlokcsóvája a korábban már említett *Szép Szó* esthez kötődik, melyre József Attila a *Thomas Mann üdvözlése* című versét készíti hajnalba nyúlóan, és amelyben helyet kapnak a következő sorok:

Te jól tudod, a költő sose lódit:
az igazat mondd, ne csak a valódit,
a fényt, amelytől világlik agyunk,
hisz egymás nélkül sötétben vagyunk. (József A., 2006, 475.)

A másodikból a harmadikba áthajló sorral („*Fénylő csóva a homlokodból / ível felém*”) Vágó nem csupán Thomas Mann-i magaslatba emeli a költőt, hanem az „igazmondó” költő József Attila által ebben a versben megalkotott halmazába helyezi, melynek jelzője a fény. Vágó versében a költőhöz később is a fény, a sugárzás és az éteriség kapcsolódik, a versben megszólaló lírai én viszont ezzel szemben lomha, komótos és földhöz ragadt: „*Lomha anyag, / lassan érő hús, rajta, mozdulj.*” A lírai én önfelszólítása a *Szonett* soraiban is feltűnő merevséget és szoborrá kövülést idézi fel, a *lassan érő hús* pedig, mely a lírai én sajátja, a fénnel – akár az *érő fénnel* – ellenpontozódik. Az önfelszólításra válaszul „mozdul” a lírai én, a kitörés a merevségből pedig a veszteség elismerésén, megnevezésén, az emlékezésen keresztül vezet.

A második szakasz szintén a szerelem első időszakából idéz fel egy emléket, illetve egy közös kiránduláshoz köthető verset, az 1928 nyarán keletkezett *Förgeteg*. Vágó a következőket írja erről a visszaemlékezésében:

„Attila fölhevülve, ragyogva jött le, kezében rázva a Förgeteg kéziratát. Előző nap – valami ünnep volt –, kirándultunk, és apám az erdő szélén állva, leírhatatlan élvezettel nézte a viharfelhők vad vágatását. Igazi nyári zivatar volt. Egy pillanat múlva megint tiszta volt az ég. Igazi „Walkürenritt” – mondta apám, ahogy a fürgeteg átsöpört a tájon.

Attila azután odalépett hozzám, és izgatottan beszélt, hogy még sohase látott embereket, akik nem féltek a vihartól, és hogy „azok ott Öcsödön” úgy féltek a villámlástól és mennydörgéstől, hogy sötét zugokba húzódtak be előle, és vinnyogtak, mint a kutyák. – Nem aludtam semmit az éjszaka, ne haragudj – magyarázkodott, és azután kissé patetikusan, mérhetetlenül idegesen és sziklaszilárdan hozzátette: – Minden a versért van! [...]

Egy darabon még kísért bennünket, és mutatta a verset félig készen. Borzasztóan tetszett neki a *Csettintek én! és felszólítalak* és a *csattos angyal*. Úgy emlékszem ez az egyetlen verse, amelyikben legalább egy kis távoli utalás van a szörnyű öcsödi jelenetre, amit Jolán is ír a könyvében, az ostorral való táncoltatásra a kútnál.” (Vágó, 2005, 102-103.)

A szerelem első, idilli szakaszának felidézése ugyanúgy a második strófában tűnik fel itt is, mint a *Szonett* esetében, ám az előbbiben az interperszonális jelenet helyett csak a lírai én monológját hallhatjuk, mely a vihar természeti képén keresztül kapcsolódik a *Förgeteg*hez. József Attila versében a fürgeteg az, ami „kifőzi” a lírai ént és a világra borítja, Vágó versében viszont a „*csattos angyal*”, a vihar az, ami leteper és megtermékenyít. Az életet meghatározó szerelem elvesztésének beismerése („*Most ér utol, ami / lepergett rólad egykor...*”), illetve a vihar-szerelem termékenyítő ereje („*Megfogamzott s egyre kérlel*”) ismét a bekebelezés-befogadás gondolatkörét idézi, mely aztán átvezet a következő strófát felölelő kérdésig: saját halál vagy a „*megfogamzott*” (szerelem) világra hozatala? Ebben a versszakban is feltűnik a József Attila szerelem meghatározásában oly fontos háló-kép egy verziója, a szűrő, mely most nem halakat fog ki és tart meg, hanem a fontosat, a lényegeset, az ízt, a sót, az

elvesztett szerelmest, a szerelem történetét. A saját halál lehetősége ebben a versszakban és a következőben is jelen van, a lírai én pedig meg is nevezi az okát, a büntudatot. A bűnösséget és az önvádat Freud a melankólia és a gyász alapvető elemeként határozza meg: „A gyászban a világ vált szegénnyé és üressé, a melankóliában maga az én. A beteg semmirekellőnek, teljesítményre képtelennek és morálisan kárhoztatandónak láttatja énjét, szemrehányásokat tesz magának, kitaszítást és büntetést vár.” (Freud, 2003, 456.) Erre rímel a második szakaszban megfogalmazott szerelem, mely „*gyújt, ráz és ver*”, tehát büntet; összhangban annak a levélnek Hajdu által felidézett büntudatos és önostorozó tartalmával, melyet Vágó magával visz az analízisre.

A negyedik szakasz záró sorainak megnyugvása egyszerre tesz pontot az öngyilkos gondolatok végére, illetve újfajta megbirkózási stratégiát nyit meg. A lírai én összegez, saját magához hasonlítva az elvesztettet azt mondja: kimagasló, sugárzó, salaktalan.

„Az örök anyag boldogan halad
benned a belek alagútjain
és gazdag életet nyer a salak
a buzgó vesék forró kútjain!” (József A., 2006, 384.)

Az *Óda* soraiban József Attila a salakot az élethez köti, Vágó Márta pedig szintén ehhez az elemi működéshez, pontosabban a működés hiányához köti a halált. Salaktalan: egyszerre éteri, isteni, de halott is, hiszen nincsen benne a „*gazdag élet*”. A lírai én az éteri tisztasággal felruházott másikhoz hasonlítva magát még a halálra is méltatlannak bizonyul. Melankolikus mélabúval kullogva az elveszett után, nem követi azonnal, hirtelen, hanem lassan, a saját tempójában. Ebben az összemérésben a *Szonett* soraihoz hasonlóan azt láthatjuk, hogy a szerelemtárgyhoz köthető libidó visszahúzódik az éltre, hiszen már képes elkülönült entitásként meghatározni magát, képes az összehasonlítás véghezvitelére. A tárgyválasztás első lépése pedig – ahogy korábban is láthattuk – az azonosság keresése („*Összemérlek, kivel? magammal*”), melyet az ötödik strófa kemény sorai elutasítanak: a lírai én nem érhet fel a költőhöz, hiszen ő a sugárzó, igazmondó éteri lény, aki mellett a lírai én halandósága csak jobban kiütöközik (lomha, kullog). Itt tehát tetten érhető – a gyászmunka fontos részeként – az identifikáció feladása, hiszen az elvesztett tárgy és a lírai én hasonlása már lehetetlen, a lírai én már sosem ér fel az elvesztett magasságaiba.

Az összehasonlítás negatív mérlege tovább gyűrűzik az utolsó versszakra is, ahol a lírai én a múlt megidézése mellett, egyetlen erőteljes képben a jelenben követhető és az egyetlen számára lehetséges stratégiát is megjeleníti:

Szembefordultál, ellöktelek,
Most hívhatlak porban, esengve
S mögötted járva gyűjthetem
Hulladékaid perselyembe.

A lírai én cammogva, kullogva és mindig az elvesztett mögött járva, a földi életben, a porban maradva gyűjtheti a maradékot, a megmaradtat és a lepotyogó „hulladékot” az

elvesztett költő után perselyébe. A vers értelmezésének elején már szóba került, hogy *Az eltávozotthoz* milyen formai rokonságot mutat az *Ime, hát megleltem hazámat...* soraival. A formai rájátszás mellett a legerőteljesebb megidézést a vers utolsó sorai adják. József Attila azt írja:

E föld befogad, mint a persely.
Mert nem kell (mily sajnálatos!)
a háborúból visszamaradt
húszfilléres, a vashatos. (József A., 2006, 522.)

Vágó versében a lírai énnél lesz a persely, melybe bekerülhetnek mindazok a „hulladékok”, melyek a költő után megmaradtak számára. A lírai én így egyszerre lép a persely, illetve a föld helyébe is – hiszen már a *Szonett* soraiban vágya volt, hogy a korhadó abroncsok helyett átkarolhassa a költőt. Viszont a befogadás (és az identifikáció) sem lehet tökéletes, hiszen csak darabok maradnak az elvesztett után: emlékek, tárgyak, levelek, versek. Ezek összegyűjtésének útját jelöli ki maga számára Vágó, és tulajdonképpen a versek megírásával meg is teszi ezt, majd pedig ezt a kijelölt utat folytatja visszaemlékezésének megírásával is. A lehulló darabok, a vashatosok József Attila verseinek darabjai, melyeket összeszed, magába gyűjt, hogy aztán újraformálva őket, versben válaszolva a bennük rejlő késztetésekre feloldozást nyerhessen saját büntudata alól, vagy legalábbis elindulhasson a megbocsátás útján.

Az aktus, amellyel Vágó a síron túlról életre szólítja az elvesztettet a gyász feldolgozásának legfontosabb elemeit hordozza: a veszteség elismerését, valamint a hajlandóságot a búcsúra, hiszen a hivatalos búcsú időpontjában nem volt képes ezt megtenni. A választott formában pedig a melankólia ellenszerére lelhetett, hiszen az egyik tünet, melyet Hajdu a melankóliás folyamat indikátorának tartott, az pontosan az elidegenedés volt az eddig számára fontos dolgoktól. De mi fontosabb lehetne a *Szép Szó* házigazdájának, mint a költészet, az irodalom és az ezzel való foglalatalkodás? Verset írni azt jelenti: visszatalálni, hazaérkezni, érezni és élni.

Felhasznált irodalom

- Báthori Cs.** (2005). József Attila németül. *Holmi*, 17(4): 393-404.
- Borgos A.** (2018). *Holnaplányok. Nők a pszichoanalízis budapesti iskolájában*. Budapest: Noran Libro.
- Freud, S.** (1917e). Gyász és melankólia. Ford. Berényi Gábor. In: uő, *Válogatás az életműből* (453-469). Budapest: Európa, 2003.
- Dr. Hajdu-Gimes, L.** (1940). Contributions to the Etiology of Schizophrenia. *Psychoanalytic Review*, 27(4): 421-438.
- József Attila összes versei** (2006). Szerk. Stoll Béla. Budapest: Osiris Kiadó.
- Kristeva, J.** (1989). *Black Sun. Depression and Melancholia*. New York: Columbia UP, 1989.

- Lengyel A.** (2012). Vágyak, „törvények” és szerepek ütközőpontjában. *Imágó Budapest*, 2(2): 73-108.
- Mitniczky-Vago, M.** (1940). Ethos, Hypokrisie und Libidohaushalt. *Internationale Zeitschrift für Psychoanalyse*, 25(3-4): 356-396.
- Starobinski, J.** (1990). Visszatükröződő melankólia. Ford. Földes Györgyi. In: uő, *Poppea fátyla. Válogatott irodalmi tanulmányok*. Budapest: Kijárat Kiadó, 2007.
- Tórizs E.** (2019). Traumatikus (emlék)nyomok a szövegtesten. Adalékok Vágó Márta József Attila memoárjának keletkezési hátteréhez és elemzéséhez. *Imágó Budapest*, 8(3): 70-83.
- Vágó M.** (1942). *József Attila*. Budapest: Noran, 2005.



Nagy Dániel

A zene mint a gyász és a trauma elbeszélésének helyettesítője Toni Morrison *Dzsessz* című regényében

Bevezetés – a gyásztól a jazzig

A gyász, az embert érő veszteségek, illetve esetenként az azokat okozó események emlékeinek feldolgozása gyakran jelenik meg témaként irodalmi szövegekben az antikvitástól kezdődően, s talán még hangsúlyosabban a 20. század második felétől. Mindez annak fényében aligha meglepő, hogy a veszteségekkel való megküzdés az emberi lét egyik elkerülhetetlen velejárója, természetes tehát, hogy az ezzel kapcsolatos érzések, gondolatok, illetve az ezek által motivált cselekvések, viselkedésformák műalkotásokban is megjelennek. Az elmúlt évszázadok történelmének ismeretében pedig azon sem nagyon csodálkozhatunk, hogy a műalkotásokban ábrázolt veszteségek okai között gyakran találunk erőszakos, a túlélőkre traumatizáló hatást gyakorló eseményeket. Ez nem kis részben annak is köszönhető, hogy az elmúlt évszázad utolsó évtizedeitől kezdődően az irodalomban is egyre inkább láthatóvá váltak egyes, a történelem, illetve adott korszakok társadalmi igazságtalanságait elszenvedő csoportok, az ő sorsukat, problémáikat megjelenítő alkotók művei révén. A nők, az etnikai, vallási vagy szexuális kisebbségek irodalmi (ön)reprezentációja, történeteik elmesélése tehát az e csoportok által elszenvedett veszteségek és traumák láthatóbbá tételéhez is hozzájárult.

Több sikeres kortárs alkotóhoz hasonlóan a nemrég elhunyt Toni Morrison (1931–2019) műveinek is egyik állandó témája a kisebbségek és a nők (illetve specifikusan a kisebbségi nők) helyzete, illetve az általuk elszenvedett veszteségek és traumák az Egyesült Államokban a 19. századtól napjainkig. Az 1992-ben (magyar fordításban 1993-ban) megjelent *Dzsessz* című regényben például az 1920-as évek New Yorkjában (illetve a visszaemlékezésekben megjelenő, szegregációs törvények uralta déli államokban) játszódó, polifonikusan egymásba szövődő narrációkból összeálló történet kiindulópontja egy fiatal fekete lány, Dorcas meggyilkolása. A szövegben a szereplők – maga az elkövető, Joe Trace, a felesége, Violet, Dorcas nagynénje és egyben gyámja, Alice Manfred, illetve az ő rokonaik, ismerőseik, szomszédaik stb. – „betolakodó emlékei” (*intrusive memories*, lásd Dríd, 2015, 248.) e köré az esemény

köré rendeződnek el szubjektív (és gyakran megbízhatatlan), időnként első, időnként harmadik személyű narrációk formájában (lásd Rody, 2000, 622-623.). Ezzel kapcsolatban felvetődhet, hogy az elbeszélés formája mennyiben állítható párhuzamba a regény címéül szolgáló zenei műfajjal, vagyis az egyes szereplőkre fókuszáló szubjektív elbeszélésfoszlányok mennyiben hasonlítanak a jazzben megfigyelhető poliritmikusságra, az egyes hangszerek improvizatív, szólisztikus megszólalásaira stb. (vö. Pici, 2000, 26-27.). Ugyanakkor a jazz korántsem csak ilyen absztrakt formában van jelen a történetben, éppen ellenkezőleg: a zene a történet számos pontján felbukkan, sőt, időnként mintha az események alakításában is szerepet vállalna. Ráadásul, véleményem szerint a zene jelenléte a szövegben igen szorosán kapcsolódik a veszteség, a gyász és a trauma témájához, hiszen a történet több hangsúlyos, gyással, vagy traumatikus eseményekkel kapcsolatos pontján is fontos szerepet játszik. Például Dorcas meggyilkolása egy táncos összejövetelel történik, ahol a lövés zaja szinte beleveszik a jazz hangjaiba, illetve Alice is a dobok hangjára idézi fel egy felvonulás közben a sógoráék, Dorcas szüleinek sorsát, akik az 1910-es években váltak Saint Louisban lincselés áldozatává. Adódik tehát a kérdés, hogy vajon mi köze van a jazznek a faji vagy nemi alapon elszenvedett gyilkos erőszakhoz, illetve a Dorcas szülei, vagy maga Dorcas halála miatt érzett gyászhoz Morrison szövegében? Nos, az egyik lehetséges magyarázat, hogy a zene mint az elbeszélő szövegtől idegen médium bevonása a veszteség és a trauma *elbeszélhetőségének* kérdésére irányuló reflexió kontextusában értelmezhető: mégpedig azáltal, hogy a zene narratív irodalmi szövegben (vagyis egy tőle lényegileg különböző médiumban) való ábrázolása párhuzamba kerül a gyász és a traumatikus élmények narrativizációjának problémájával. Vagyis a zene *ekfrázisa* (nyelvi „leírása”), mint egy alapvetően nem verbális impulzus nyelvi „átfordítására” tett kísérlet, a gyász, a veszteségek, illetve a traumatikus emlékek verbalizációjának metaforájaként működhet Morrisonnál.

Az „elmondhatatlan” és a „kimondhatatlan”

Az elbeszélhetőség, a verbalizáció és narrativizáció kérdése már évtizedek óta az irodalomtudomány és a pszichológia termékeny határterületének számít, különösen a trauma-elméletekhez, illetve az azokkal kapcsolatos kutatásokhoz kötődően. Az elbeszélés képességének fontosságát a trauma kapcsán empirikus kutatások is alátámasztják, ugyanis kimutatható, hogy a történetek közölhető, narratív, verbális formába öntése segít az áldozatok koherens én-identitásának helyreállításában és a poszttraumás tünetek enyhítésében (Pennebaker, 1990; Pennebaker és Sussman, 1988; Pennebaker és Seagal, 1999; ill. Foa, Molnar és Cashman, 1995). Vagyis a fő kérdés a „nyelvhez való visszatérés” képessége (Goarzin, 2011, 16.), ami által az élmények, amelyeket az áldozatok nem képesek elfojtani (lásd Herman, 1992, 1.), nyelvi formában hozzáférhető emlékeké válhatnak, s így megszűnnek konkrét formában (akár fizikai tüneteket okozva) kísérteni az érintetteket (Caruth, 1995, 10-11.). Az elbeszélés, az átélt események, illetve az elszenvedett veszteségek narratív formában való ábrázolása tehát mindeneke előtt a *hozzáférést* segíti elő. Ugyanis amikor egyes pszichés tartalmak „megtámadják, sőt bizonyos esetekben akár meg is semmisítik a

nyelvet” (Schwab, 2006, 102.), a fő problémát éppen az okozza, hogy a traumatikus tapasztalatok nehezen válnak az érintett személy élettörténet-narratívájának koherens részévé, mivel ezek az emlékek inkongruensek az énről alkotott elképzelésekkel, sémákkal, normatív elvárásokkal (Békés, 2008, 69.). Ez a nehézség pedig végső soron ahhoz a negatív spirálszerű folyamathoz vezet, hogy mivel kevés ilyen elbeszélés születik és kerül nyilvánosságra, így a legtöbb nyugati kultúrában eleve kevésbé tudtak kialakulni a traumatikus tapasztalatok strukturálását lehetővé tevő gondolati és nyelvi keretek, amelyek támpontként szolgálhatnak hasonló emlékek narrativizációjához (vö. Békés, 2008, 69.). Ennek hiányában azonban a traumatikus anyag enkapszulálódik, elkülönülve marad a normál élet narratívájától, vagyis minden szempontból, így nyelvi formában is hozzáférhetetlenné válik (vö. Békés, 2008, 69.).

A *hozzáférs* kérdése ugyanakkor nemcsak a traumatikus emlékek, hanem a veszteségekkel, gyásszal kapcsolatos narratívák szempontjából is kulcskérdés. Ábrahám Miklós és Török Mária például a „pszichikus sírbolt” (*caveau intrapsychique/intrapsychic tomb*)¹ fogalmával írják le azon eseteket, amikor az introjekció elmaradása miatt a veszteség nyelvi formában való megfogalmazása, tudatosítása, így a gyász folyamata, s végső soron a veszteség feldolgozása lehetetlenné válik (Abraham és Torok, 1994, 130-131.). Amennyiben tehát a veszteség tapasztalatát és az általa kiváltott érzéseket nem sikerül szavakba önteni, akkor az emlékeket felidézni, s a veszteséget meggyászolni sem lehetséges – az így „élve eltemetett” tartalmak azonban az elbeszéletlen traumatikus emlékekhez hasonlóan kísértik az érintetteket (Abraham és Torok, 1994, 130.), *gyászbetegséget* (*maladie du deuil/illness of mourning*) okozva (Abraham és Torok, 1994, 109-110.).

Az elbeszéléssel, az emlékek, érzések nyelvi formában való strukturálásával kapcsolatos nehézségek természetesen jelentős részben pszichikus eredetűek, ugyanakkor részben abból is fakadnak, ahogy a kultúrában a nyelvet használjuk, és arról gondolkozunk, így aligha meglepő, hogy például a trauma nyelvi ábrázolásának problémája az irodalomtudományban is számos kutatás tárgyát képezte az elmúlt évtizedekben. Naomi Mandel híres könyvében (*Against the Unspeakable*, 2006) amellet érvel, hogy az „elmondhatatlanság” alapvetően csupán egy retorikai fordulat, amelynek használata révén mintegy szertartásos módon nyilváníthatjuk ki szolidaritásunkat, egyfelől morális autoritást vindikálva magunknak (*taking the moral high ground*) (23.), másfelől elnyomva a mások veszteségei és szenvedése láttán feltörő bűnrészesség (*complicity*) érzését (6.). Ebből a szempontból tehát a bizonyítottan gyógyító hatású narrativizációt hátráltató „elmondhatatlanság” kulturális toposza nem annyira az egyes érintettek lehetőségeinek, s végképp nem a nyelv kifejezőképességének végességéből fakad, sokkal inkább társadalmi jelenség, amelynek megvan a maga – jórészt a nem érintettek számára hasznos – célja és funkciója. Ennek bizonyítása azonban önmagában még nem hozza közelebb a cél elérését, vagyis az „eltemetett” pszichikus tartalmak nyelvi formába öntését. Ehhez ugyanis nem elegendő azt megállapítanunk, hogy az „elmondhatatlan” valójában minden bizonnyal nagyon is *elmondható*, azt is fel kell tárunk, miért és legfőképpen

¹ Ábrahám és Török a témával kapcsolatos tanulmányai eredetileg jórészt franciául jelentek meg (összegyűjtve lásd *L'écorce et le noyau*. Paris: Flammarion, 1978), ezért tüntetem fel a francia terminusokat is, noha magukat a szövegeket végül csak az idézett angol kiadásban sikerült beszerezniem (ND).

hogyan válik, vagy hogyan tehető azzá. E tekintetben pedig az „elmondhatatlan” elmondására vállalkozó irodalmi szövegek, például az e tanulmányban elemzendő Toni Morrison regény vizsgálata valóban értékes segítséget nyújthat, hiszen e művek a művészi kifejezés eszközeivel mintegy pótlólag megteremtik a kulturális tabusítás miatt jórészt hiányzó nyelvi sémákat a trauma és a veszteség narratív formába öntésére, s egyben segítenek a probléma egyes, korábban rejtve maradt aspektusainak feltárásában.

Morrison szövege ugyanis legalább egy helyen hangsúlyosan tematizálja az elmondhatóság kérdését. A felvonuláson (amit az East St. Louis-i lincselések áldozatainak emlékére rendeztek New Yorkban) ugyanis a narrátor szerint Alice

„[...] ámuldozva nézte a jeges fekete arcokat, és hallgatta a dobot, ami elmondta, amit a méltóságteljes hölgyek és a menetelők nem tudtak elmondani. Amit szavakkal elmondhattak, ott állt kinyomtatva a lobogón, mely a Függetlenségi Nyilatkozat egynémely ígérését visszhangozta, ahogy lengett a zászlóvivők feje felett. De legbenső érzésüknek a dob adott hangot.” (Morrison, 1993b, 81.).²

Tehát a tüntetők a narrátor szerint zenében fejezik ki azt, ami szavakkal kifejezhetetlen, beszéd és egyéb gesztusok helyett is inkább dobolnak.

„De most a Fifth Avenue teljes szélességében egyre csak hömpölyög a hideg fekete arcok áradata, szótlánul és rezzenéstelen tekintettel, mert amit mondani akarnak és mégsem mondhatnak el, elmondja helyettük a dobszó, és amit a saját szemükkel, vagy mások szemén keresztül láttak, kézzelfogható közelségbe hozza a dob.” (Morrison, 1993b, 82.)

Vagyis a felvonulók közös, fekete amerikaiakként átélt traumájuk, az általuk és családtagjaik, ismerőseik, vagy egyszerűen csak a hasonló bőrszínű emberek által elszenvedett erőszak emlékei, illetve az ezzel kapcsolatos érzéseik, gyászuk kinyilvánításában nem bízzák magukat a szavakra, amelyeket pedig ki kellene mondaniuk („what they meant to say but did not trust themselves to say” – Morrison, 1993a, 54.), hanem a dobszóra bízzák, ami Alice-nek fájdalmat okoz ugyan, de félelme (legalább ideiglenesen) elmúlik tőle (Morrison, 1993b, 82.).

A zene mint a szavakkal kifejezhetetlen érzések kifejezésére alkalmas médium toposza azonban szintén erős kulturális beágyazottsággal rendelkező jelenség. A nyugati esztétikai gondolkodásban legkésőbb a 18-19. század fordulójától, vagyis nagyjából a zene önálló, autonóm művészeti ágként való felfogásának kezdetétől ismételten felbukkan a zene mint a nyelven túli, vagy éppenséggel nyelv alatti tartalmak kifejezésére alkalmas médium gondolata. Mindez fakadhat például a felvilágosodás racionalista filozófiai tradíciójából, amely a zenei tapasztalat közvetlenségét és ugyanakkor pontos, fogalmi körülhatárolhatóságának lehetetlenségét az érzelmek racionális kategorizálásnak ellenálló természetével állította párhuzamba. Ahogy Csobó Péter fogalmaz:

² Az utolsó mondat az angol eredetiben így hangzik: „But what was meant came from the drums.” (Morrison, 1993a, 53.) Vagyis a transzparensen szereplő jelszavakkal szemben a dobok fejezték ki, amit a demonstrálók *valójában gondoltak*.

„Azért lett [a zene] a benső, a »meghatározatlan szubjektivitás« legadekvátabb művészeti médiuma, mert a lelki életnek a zenével szoros összefüggésbe hozott tartományai a racionalista filozófiai tradícióban már jó ideje hasonlóképpen problematikus viszonyban álltak a pontos megjelenítés, a leképzés, a diszkurzív megragadás normáival. Ahogy a 18. század közepétől az individualizált és internalizált érzés, úgy a zene és autonómiája is arra a fájdalmas ellentmondásra alapozódott, miszerint az emocionális és a zenei öntapasztalás ugyan a közvetlenség és a teljesség valóságát adja, ugyanakkor a racionális, fogalmi megragadástól megtagadja magát.” (Csobó, 2010, 277.).

Ebből fakadóan a 19. század során az európai esztétikai gondolkodásban valóságos közhellyé vált, hogy „a zene felségterülete a szónyelv határain túl terül el”, vagyis a zene kvázi olyan „*mintha* beszélne”, ám „amit mond”, ellenáll a nyelvi, diszkurzív megragadásnak (Csobó, 2010, 284.), épp úgy, ahogyan a fenti Morrison idézetben is szerepel. Eszerint tehát a zene mást „mond ki”, mint a verbális nyelv, bizonyos értelemben talán többet, de mindenképp valami attól különbözőt – olyasmit fejez ki, amit a nyelv nem képes, egyszerűen: valami „kimondhatatlant”. A zene mint „kimondhatatlan”, vagyis valamiféle nyelven túli, a nyelvinél teljesebb, transzcendens értelmet hordozó médium toposza aztán végigvonul a nyugati filozófiai gondolkodáson Arthur Schopenhauertől Vladimir Jankélévitchig (Schopenhauer, 1991, 343. sk.; Jankélévitch, 1983). Azt természetesen túlzás volna állítani, hogy ez az álláspont valaha is egyeduralmukodóvá vált volna az elmúlt másfél-két évszázad során, ám ahhoz kellőképpen erősnek bizonyult, hogy – különösen a 19. század végétől – írók és költők egymást követő generációi kihívást lássanak a zene szavakkal való „megragadhatatlanságának”, avagy „leírhatatlanságának” problémájában, s saját médiumuk határait feszegetve mégiscsak (vagy csak azért is) megkíséreljék a zene sokak által lehetetlennek tartott nyelvi *ekfrázisát*.

A görög *ekphraszisz* (ἐκφράσις – szó szerint *kimondás*) kifejezést alapvetően vizuális tárgyak, műtárgyak verbális, költői leírására használják (Milián, 2009, 22.; Heffernan, 1993, 9-10.), ám tágabb értelemben lehet akár egy művészi ideának egy más művészeti ág általi kifejeződése is (Tarasti, 2012, 241.), másképpen fogalmazva az *intermedialitás* egy esete, amelyben egy valamiféle „üzenet” átvitelére alkalmas közeget, azaz *médiumot* (Elleström, 2018) egy másik médium helyettesít. Ezzel kapcsolatban azonban számos médiatudománnyal foglalkozó kutató felhívja a figyelmet arra, hogy a verbális nyelv, noha különösen az irodalmi nyelvhasználatban gyakran utal más médiumokra, mégsem képes azok „elemeit és struktúráit a saját mediális eszköztára révén *felhasználni*, avagy maradéktalanul *reprodukálni*, csupán *felidézheti*, vagy *imitálhatja* őket” (Rajewsky, 2005, 55.). Vagyis a hasonló *intermediális utalások* (*intermedial references*)³ szükségszerűen önleplezők, nyilvánvalóvá teszik az olvasó számára, hogy csak „úgy tesznek, mintha”, hiszen lehetetlen elleplezniük, hogy a *felidézett*, vagy *imitált* médium ténylegesen nincs jelen

³ Rajewsky idézett tanulmánya az intermedialitás három alapvető formáját különbözteti meg: a *mediális transzpozíciót*, amikor egy adott médiumból valami átkerül egy másikba (pl. egy regény megfilmesítése), a *médiumok kombinációját*, amikor egyetlen alkotásban több médium van jelen párhuzamosan (pl. a balett, vagy az opera), illetve az ezeknél tágabb értelmű *intermediális utalásokat*, amelyek esetében egy médium *felidéz* vagy *imitál* egy másik médiumot, vagy egy arra jellemző eszközzel él (pl. az *ekfrázis*, vagy a zenei formába öntött irodalmi narráció stb.). (Rajewsky, 2005, 51-52.)

a reprezentációban (Rajewsky, 2005, 55.). Másképpen fogalmazva a *felidézett* médium csupán *jelöltként*, az *öt felidéző (jelölő)* médiumra „átfordítva” jelenik meg, ami például a zene irodalmi „leírása” kapcsán valóban elkerülhetetlenül felveti a kérdést, hogy ez az „átfordítás” mennyiben lehetséges egyáltalán, hogy az irodalmi nyelv milyen mértékben képes adekvát módon reprezentálni a szavakkal „kimondhatatlan” tartalmú zenét. Morrison szövegében ugyanakkor e „lehetetlen küldetés” megkísérlése nem csupán önmagáért való technikai bravúrként jelenik meg, hanem egyértelműen párhuzamba állítható egy másik, sokak által átléphetetlennek tartott határ átlépésével, a gyász és a trauma „elmondhatatlan” aspektusainak szavakba öntésével. Az egyik „lehetetlenségnek” való *ellenszegülés*, azaz a zene irodalmi leírása tehát a másik „lehetetlen” elérésére, a veszteségek és traumatikus emlékek elbeszélésére tett kísérlet poétikai jeleként, a szöveg egészen végigvonuló komplex metaforájaként értelmezhető.

Ezzel kapcsolatban pedig két alapvető kérdés merül fel. Egyrészt érdemes megvizsgálni, hogyan lehetséges mindez poétikai és szemiotikai szempontból, vagyis hogyan jön létre és működik az említett metaforikus jelviszony a szöveg egészében. Másrészt pedig feltétlenül szükséges elgondolkodni rajta, milyen tanulságok vonhatók le a szóban forgó irodalmi technika vizsgálatából a gyász és a trauma verbális reprezentációjára vonatkozóan a fikción kívüli, „való világban.”

A két „lehetetlen küldetés” – *metaforicitás az irodalmi ekfrázisban*

Annak felgöngyölítéséhez, hogy miként működhet a zene irodalmi *ekfrázisa* a gyász és a trauma elbeszélésének poétikai jeleként, mindenekelőtt azt kell megvizsgálnunk, egyáltalán miféle jelviszony keretein belül képes ez a két látszólag különböző dolog a szóban forgó szövegben (vagy annak egy lehetséges olvasatában) összekapcsolódni. Fentebb már megemlítettem, hogy a kettő közötti kapcsolat véleményem szerint *metaforikusnak* nevezhető, s ezen a ponton már nem halogatható tovább annak tisztázása, pontosan mit is értek e fogalom alatt. A *metafora* terminus ugyanis kétségkívül egyike a humántudományok területén leggyakrabban és legszélesebb értelemben használt fogalmaknak. Noha a köznyelvben elsősorban a költői vagy retorikai „szóképek” egyik alfaját szokás metaforának nevezni, a különböző tudományterületek szakmai diskurzusaiban számos meglehetősen komplex és sokféle különböző nézőpontból kiinduló elmélet létezik arra, pontosan mi is a metafora. Az Arisztotelész nyomán elterjedt kifejezés eredetileg a görög *metapherein* (μεταφέρειν) „átvinni” igéből származik, ami arra utal, hogy a szóban forgó költői/retorikai eszköz lényege a görög filozófus szerint „egy más összefüggésben használatos megnevezés átvitele” valami másra, például a „viszonyazonosság” (*analogia*) alapján (Arisztotelész 1457b, 1405a). Vagyis a metafora „jelentést visz át” egyik fogalomról a másikra, még hozzá azáltal, hogy valamilyen szempontból hasonlónak vagy *egymásnak megfelelőtethetőnek* (ἀνάλογος) tételez két látszólag különböző dolgot. Adódik azonban a kérdés, vajon mi alapján teremtődik meg az „átvitel” lehetősége, avagy minek köszönhetően tudunk két dolgot, jelenséget az Arisztotelész által elvárt „világossággal” (1405a) egymás analogonjaként felfogni. A

válasz erre a kérdésre a modern nyelvtudomány s különösen a kognitív nyelvészet szerint nem csupán a nyelv, hanem általában az emberi gondolkodás legalapvetőbb jellegzetességeinek egyikében keresendő. A metafora ugyanis, amint azt a kognitív nyelvészeti kutatások már évtizedekkel ezelőtt igazolták, korántsem a nyelv rendkívüli, művészi, avagy szónoki használatában van jelen, épp ellenkezőleg, valójában a hétköznapi nyelvhasználatunkat, sőt a fogalmi gondolkodásunkat is teljes mértékben áthatja a *metaforicitás* (Lakoff és Johnson, 1980, 3-4.). Ennek alapja pedig egyes kutatók szerint, hogy maga az emberi nyelv általában véve a *kétirányú konceptuális integráció* (*double-scope conceptual integration*) kizárólag a Homo Sapiensre jellemző kognitív képességéből eredeztethető (Fauconnier és Turner, 2002, 179-180.). Ez a képesség ugyanis a *konceptuális integráció* (*conceptual blending*, időnként – szó szerint – „keveredésnek” is fordítják) jelenségén alapul (Fauconnier és Turner, 2002, 181-182.), vagyis a nyelv működése általánosságban véve inherensen metaforikus alapokra épül (Fauconnier és Turner, 2002, 384.). Másképpen fogalmazva a metaforicitás nem kizárólag a költői nyelv sajátja, hanem általában az emberi gondolkodásé, ezért vagyunk tehát képesek különböző konceptuális terek integrációja révén véges számú nyelvi elem felhasználásával végtelen különböző jelentést alkotni és megérteni (Fauconnier és Turner, 2002, 179.), akár a művészi, akár a hétköznapi nyelvhasználatban.

Morrison szövegében szintén felismerhető az említett fogalmi integráció/keveredés, például amikor a felvonuláson Alice összekapcsolja az akkoriban divatba jövő tánczenét a városokban elharapózó erőszakkal, aminek a húga és a sógora is áldozatul estek St. Louisban:

„Minderről egyes-egyedül ez a zene tehet. Ez az új, mocskos, szemérmetlen zene, amit a nők a tűzhely fölött énekelnek, a férfiak meg trombitán fújnak és amire összefonódva és szégyentelenül, vagy ki-ki magában tombolva táncolnak. [...] Ez a zene az oka, hogy az emberek olyan ostoba és zavaros dolgokat művelnek. Bűn hallgatni is.” (Morrison, 1993b, 87-88.).

A zene tehát, amiről Alice prédikációkból és újságcikkekből úgy tudja, valami „színesek által művelt dolog” (*colored folks' stuff*, Morrison, 1993a, 59.), vadságának, ösztönösségének és legfőképpen mértéktelenségének képzele révén összekapcsolódik az erőszakkal, sőt, a mélyen vallásos asszony szemében egyenesen okozója a világban tapasztalható felfordulásnak:

„[...] esküdni merne rá, hogy valami fonák dühöt hall ki belőle, valami gyűlölködést, ami cikornyának, és bűgó-csábító szirénhangnak álcázza magát. Legfőképpen mégis a falánkságtól viszolyog. A nemtörődömségtől, amitől csak pofozkodni, vagy paráználkodni támad kedve az embernek; vagy üvölteni, vagy vérvörös rubin nyakkendő-tűt tűzni, mindegy. Jókedvet színlel, úgy tesz, mintha szívesen látna, átölelne, befogadna, és mégsem szül nemes gondolatokat, ez az útszéli, kocsmába való, pálinkagőzös zene. Ha meghallja, össze kell szorítania a kezét a köténye zsebében, nehogy öklével az ablaktáblába csapjon, markába ragadja a világot, és kiszorítsa belőle a szuszt, amiért ezt csinálja, ezt csinálja, ezt csinálja vele és mindenkivel, akit ismer vagy akiről hallott.” (Morrison, 1993b, 89.)

A „színesek” zenéje és a feketék elleni agresszió tehát Alice számára ok-okozatként jelenik meg, s ezzel nincs is egyedül: Dorcas gyilkosa, Joe Trace szintén azon morfondírozik, vajon nem a zene, a bluest játszó vak ikrek gitárjátéka zavarta-e össze, hozzájárulván a lány ellen elkövetett tettehez (Morrison, 1993b, 193.).⁴ A jazz tehát Morrisonnál egyszerre a vágy és a veszteség, az erotikus testiség és a halál zenéje, ami egyes elemzők szerint a narráció hangjára mint a fehér, patriarchális kánon nyelvétől elütő, fekete és női tapasztalatokat megjelenítő elbeszélő hangra is hatással van (Kérchy, 2006, 38.). Mindezek fényében cseppet sem meglepő, hogy a zene a gyilkosság tényleges elkövetésekor is jelen van, a gyilkos lövés egy házibuliban, a gramofonról szóló jazz hangjaiba vegyülve éri Dorcast (Morrison, 1993b, 275.).

Feltűnő azonban, hogy valójában egyik említett esetben sem a zene tényleges *ekfrázisát*, leírását látjuk, csupán a zene „következményének” vagy analogonjának tartott erőszakról kapunk konkrét képeket (az említett felvonulás alatt Alice is felidézi Dorcas szüleinek meglincsolását). A fent megfogalmazott feltételezéssel szemben tehát úgy tűnik, a zene leírása nem szolgál a traumatikus emlékek leírásának helyettesítőjeként, épp fordítva, a Dorcas szülei, vagy maga Dorcas által elszenvedett atrocitások elbeszélése áll a zene szavakkal való leírása helyett. Észre kell azonban vennünk, hogy ezen eseményeket maguk az elsődleges, közvetlen áldozatok (Dorcas, illetve a családja) nem élik túl, tehát felidézniük, verbalizálniuk sincs mit. Akiket a narrátor a szövegben megszólaltat, azok a túlélők, Alice, Violet és Joe, akiknek természetesen mind megvan a maguk sajátos nézőpontja érintett szemlélőként, bizonyos értelemben áldozatként, vagy éppen elkövetőként. E nézőpontokban pedig feltűnő közös elem, hogy nagyon ritkán fogalmazódnak meg bennük a konkrét eseményekkel kapcsolatos érzések: Alice gyásza, a felvonulók haragja, Violet csalódottsága és veszteségérzése vagy éppen Joe szégyenérzete és büntudata szinte sosem kerül közvetlenül megfogalmazásra – ezeket az érzéseket viszont gyakran éppen a zenével kapcsolatos érzések helyettesítik. Alice a felvonuláson nem az elkövetőkre haragszik, nem őket, vagy a közbiztonság, esetleg az állampolgári jogok hiányát okolja a húga és sógora haláláért, hanem a „szemérmetlen”, „mértéktelen” és „erkölcstelen” jazzt (lásd fent), ahogy Joe sem Dorcas meggyilkolásán lamentál, hanem azon, milyen hatással volt rá a vak ikrek által játszott blues (lásd fent). Sőt Violet is arról álmodzik soha meg nem született gyermeke kapcsán, hogy hogyan énekelnének együtt a kislánnyal (Morrison, 1993b, 160.).

A zene és a szövegben megjelenő erőszakos történések viszonya tehát egyfajta kettős, körkörös jelviszonyként írható le, amelyben egyrészt a zenéről csak az eseményeken keresztül kapunk képet, viszont a szereplőknek az eseményekkel kapcsolatos érzései (harag, gyász, csalódás, szégyen, büntudat stb.) jelentős részben a zene, pontosabban a zenéről való gondolataik révén jutnak kifejezésre. Az elbeszélő

⁴ Az angol szövegben Joe azt mondja: „[...] the guitars – they confused me, made me doubt myself, and I lost the trail.” (Morrison, 1993a, 132.). Vagyis szó szerint a gitárok hatására elbizonytalanodott, és „elvesztette a nyomot”, ami rímel Joe korábban, Virginiában űzött foglalkozására (vadász volt), amelyből a neve (trace=nyom) is származik. Eszerint Joe mintha azt szeretné sugallni (mentségként felhozni?), hogy lényegében önmagát „vesztette el” a zene hatására, s Dorcas meggyilkolásakor is „magán kívül” volt, aminek persze alapvetően ellentmond, hogy korábban a lányt (akinek a neve egyébként gazellát jelent görögül) szintén kvázi „prédaként követte” (*tracked*, lásd Morrison, 1993a, 130.), majd azt állítja, „a nyom kereste” őt („I wasn’t looking for the trail. It was looking for me”, Morrison, 1993a, 130.).

nyelv tehát bizonyos értelemben sem a zenét, sem például Alice vagy Violet gyászát nem ábrázolja közvetlenül, hanem egy komplex, a szöveg egészen végigvonuló, s annak szemantikai dimenzióját megalapozó *konceptuális metaforában* kapcsolja össze a kettőt. E metaforában a *bemeneti terek* (*input spaces*) a zene és az említett erőszakos események, valamint a velük kapcsolatos érzések, illetve mindezek nyelvi leírásának problémája, amelynek nehézsége, vagy egyenesen feltételezett „lehetetlensége” alkotja a *generikus teret*, amelynek révén a bemeneti terek összekapcsolódnak (vö. Fauconnier és Turner, 1998, 137-138.). A kérdés az, miért és hogyan jön létre a kettő közötti *integrált tér* (*blended space*), avagy mi alapján működik a bemeneti terek integrációját lehetővé tévő *szelektív projekció* művelete (Fauconnier és Turner, 1998, 138.).⁵

Metafora és ikonicitás – intermedialitás és a „nyelv határai”

Ennek a kérdésnek a megválaszolásához, úgy vélem, feltétlenül szükséges visszakanyarodni a kérdés mediális és szemiotikai dimenzióinak vizsgálatához. Hiszen a vizsgált esetben nem elhanyagolható körülmény sem az, hogy a szövegben *intermediális utalásként* ismételten felbukkan (sőt, mondhatni folytonosan jelen van) egy másik médium, a zene, mégpedig egy a sajátjától merőben idegen mediális közegben, sem pedig az, hogy ez a – szöveg szemantikai dimenziója szempontjából alapvető jelentőséggel bíró – intermediális jelenlét több szempontból is *jelviszonyok* egész sorát hívja életre. E jelviszonyok szemiotikai értelemben azon alapulnak, hogy bizonyos dolgok „valami más helyett állnak” – ami a *jel* (*signum*) klasszikus definíciójának számít a késő-antikvitástól kezdve, s gyakorlatilag a modern szemiotika egyik atyjának tartott Charles Sanders Peirce elméletének is az alapját képezi (Daylight, 2011. 95.). Peirce modelljében azonban már nem egyszerű „helyettesítésről” van szó, hanem arról, hogy a *jel* (*sign*) olyasvalami, amit egy hozzá tartozó *jeltárgy* (*object*) határoz meg, s ami (mármint a *jel*) ezáltal „hatást gyakorol” valakire – e hatás pedig, amelyet az amerikai filozófus *interpretánsnak* nevez, végső soron a *jel jelentésével* azonos, s közvetett módon szintén a *jeltárgy* határozza meg (Peirce, 1998, 478.). E modell szerint tehát döntő jelentőségű a *jeltárgy* és a *jelhordozó* (későbbi szövegeiben Peirce a *sign* szó helyett a *representamen* terminust használja) közötti *szemantikai viszony* (Szívós, 2013, 35.), amelynek kategorizálása Peirce elméletének legismertebb és legtöbbet idézett része, s az általam tárgyalt probléma szempontjából is éppen az a kulcskérdés, hogy a jazz és a gyász/trauma, illetve ezek leírhatósága, elbeszélhetősége milyen módon kerülnek egymással kölcsönösen *jelhordozó-jeltárgy* kapcsolatba.

Peirce szerint tehát a jelek három fő kategóriába sorolhatók aszerint, hogy milyen módon idézik fel a jeltárgyukat. Az első és legalapvetőbb mód a *hasonlóság* (*likeness*) alapján való kapcsolódás, e jeleket Peirce *ikonoknak* nevezi (Peirce, 1998, 5., 13.). Másképpen fogalmazva az *ikon* az alapján jelöl, hogy a jelhordozó valamilyen minőségében *osztozik* a jeltárggyal. Természetesen azonban a hasonlóság mértéke nem

⁵ A magyar nyelvű terminológia kapcsán lásd Kövecses Zoltán metaforával foglalkozó könyvének vonatkozó fejezetét (Kövecses, 2005, 227-236.).

minden esetben azonos. Peirce ennek megfelelően három alkategóriát különböztet meg az ikonokon belül: a legegyszerűbb kategóriát, amely esetében a jelhordozó egyszerű, közvetlen érzéki minőségében hasonlít a tárgyához, *képmásnak* (*image*) nevezi; az ennél egy fokkal elvontabb típust, amelyben a tárgy a belső relációit a jelhordozó saját részeinek azokkal analóg arányain keresztül képezi le, *diagramként* azonosítja; a harmadik, a tárgyukhoz legabsztraktabb módon kapcsolódó ikonokra pedig a *metafora* terminust használja (Peirce, 1998, 274.). Az amerikai tudós definíciója szerint a *metafora* „a jelhordozó reprezentatív karakterét egy valami másban megfigyelhető párhuzam felmutatásán keresztül reprezentálja” (Peirce, 1998, 274.).⁶ Vagyis a metafora Peirce szerint nem pusztán jel, hanem olyan *ikonikus jel*, amely saját reprezentativitását, saját *jel-voltát* állítja előtérbe azáltal, hogy *egy bizonyos vonatkozásban* valaminek az analogonjaként tűnik fel. Érdekes módon egy másik helyen viszont Peirce azt is megjegyzi, hogy a metafora az általános konvención vagy szabályszerűségeken alapuló, általa *szimbólumnak* nevezett jelek egyik alapja is egyben (Peirce, 1998, 264.). Vagyis általánosságban elmondható, hogy a peirce-i értelemben vett metafora alapját alkotó *ikonicitás* alapján véve a *szignifikáció* (amit Peirce gyakorlatilag valamennyi kognitív folyamat alapjának tart) minden formájában szerepet játszik, gyakorlatilag minden *szemiózisban* (jelfolyamatban) inherensen jelen van egy többé vagy kevésbé szaliens ikonikus mag.

Ennek fényében viszont Peirce elmélete igencsak könnyen összeegyeztethetőnek tűnik a kognitív nyelvészet metafora-fogalmával, hiszen azoknak is talán a legfontosabb megállapítása, hogy a *metafora* nem pusztán a szavakkal való költői játék eszköze, hanem az embernél megfigyelhető *gondolati folyamatok* (*thought processes*) alapvetően *metaforikusak*, vagyis a fogalmi gondolkodásunk rendszere egészében véve „metaforikusan strukturált és meghatározott” (*metaphorically structured and defined*) (Lakoff és Johnson, 1980, 6.). A már Arisztotelész által is leírt nyelvi metaforák tehát a fogalmi gondolkodás *inherens metaforicitásából* fakadnak (Lakoff és Johnson, 1980, 6.), Peirce nyomán pedig felvethető, hogy a metaforicitás alapja az emberi kognícióban voltaképpen az *ikonicitás*, amely a *szelektív projekción* keresztül lehetővé teszi gyakorlatilag bármely két *bemeneti tér* integrációját (vö. Fauconnier és Turner, 1998, 134., lásd fent). Avagy épp fordítva, ahogy Mark Turner érvel, a *bemeneti terek* elemei közötti *hasonlóság* érzete a *fogalmi integráció eredményeképpen* jön létre, vagyis az *ikonicitás* a konceptuális terek integrációjának egyfajta végterméke (2013, 23.). Akárhogy is, mindenképpen úgy tűnik, az *ikonicitás* alapvetően fontos szerepet játszik az emberi gondolkodásban és nyelvhasználatban.

Bizonyos értelemben tehát a zene, illetve a zenéről való beszéd, illetve a gyász/trauma és az arról való beszéd Toni Morrison regényében megfigyelhető párhuzamba állítása szintén azáltal lehetséges, hogy az emberi elme képes gyakorlatilag bármely két vagy több egymástól különböző dolgot egymáshoz valamilyen vonatkozásban hasonlónak látni, és e hasonlóságot fogalmilag strukturált módon elgondolni. Vagyis a fent említett *komplex metafora* azonosítása és a szöveg eszerint történő koherens értelmezése végső soron valóban az *ikonicitáshoz* vezet bennünket. A két jelenség az „elmondhatóság” és „kimondhatóság” problémáin,

⁶ Eredetiben: „those [icons] which represent the representative character of a representamen by representing a parallelism in something else, are *metaphors*” (Peirce, 1998. 274.).

vagyis a *nyelv expresszív kapacitásának* kérdésén keresztül kapcsolódik össze, s ebben a vonatkozásban, amint azt fentebb bemutattam, kölcsönösen egymás ikonjaivá, metaforikus helyettesítőivé válnak. A traumatikus események elbeszélése a zene leírása *helyett áll*, míg a zenéről való beszéd az említett események által kiváltott gyász és egyéb érzések verbális megfogalmazását pótolja. A két „lehetetlen küldetés” párhuzamba állítása tehát végső soron mindkét feladat megoldását eredményezi azáltal, hogy az „elmondhatatlan” és a „kimondhatatlan” kölcsönösen el- illetve kimondják egymást. Vagyis a zene, mint az írott verbális nyelvtől különböző, idegen médium felidézése a szövegben voltaképpen az elbeszélő nyelv *szemiotikai modalitásának* feltárását teszi lehetővé (lásd Elleström, 2010, 21-22.), performatív módon rámutatva a jelentésképzés média-specifikus formáira és az azokban rejlő szinte végtelen lehetőségekre. Másképpen fogalmazva a nyelv *kifejezésbeli határait* tételező toposzok (az „elmondhatatlan” és a „kimondhatatlan”) valójában maguk is csupán *orientációs metaforák* (Lakoff és Johnson, 1980, 14.), amelyek azt implikálják, hogy a nyelvnek van egyfajta „hatóköre”, amelyen belül képes adekvát módon leírni dolgokat, és vannak területek, amelyek ezen kívül esnek, például mert fogalmi gondolkodással nem megragadhatók. E két metaforikus koncepció egymással egyetlen, komplex metaforában szembeállítva azonban valósággal szembefordított tükrökként keltik a nyelvi tér végtelenségének érzetét. Morrison szövege úgy szegül szembe a két hagyományosan lehetetlennek tekintett feladattal, hogy mintegy kijátssza őket egymás ellen – a racionális fogalmakkal való leírásnak ellenálló zenét a traumatikus emlékeken, a nehezen körülhatárolható érzéseket (elsősorban a gyászt, valamint a szégyent, a büntudatot stb.) pedig a szereplők zenéhez fűződő attitűdjén keresztül mutatja meg. A felvonuláson például Alice a zenére haragszik az ő, a rokonai és a hozzá hasonlók által elszenvedett agresszió miatt, mintegy a jazzre vetítve ki a traumatikus élmények és a gyász által benne keltett érzéseket, ahogy a felvonulók is csak a dobokon keresztül képesek igazán hangot adni felháborodásuknak és fájdalmuknak. A zenét viszont ugyanakkor szintén kizárólag azon keresztül látjuk, amit a szereplők számára megjelenít: Alice szemében a romlás, az erkölcstelenség és a felfordulás tüneteinek keresztül, Dorcas számára a szülei halálának emléke és a nagynénje szeretve féltő zsarnokoskodása alóli felszabadulás eszközeként (Morrison, 1993b, 60-61.), a fiatal Violet és Joe számára a szegregált Délről menekülőutat kínáló Város hangjaként, amire táncolni lehet (Morrison, 1993b, 49-50.) stb. A szöveg és az általa alkalmazott elbeszélő stratégia tehát azt látszik alátámasztani, hogy a nyelv mint médium nem materiális kvalitásai, modalitásai révén képes jelentést hordozni, hanem azáltal, hogy használják és értelmezik (vö. Elleström, 2010, 21-22.), e használatnak és értelmezésnek pedig megkerülhetetlenül része a *metaforicitás* és az *ikonicitás*. Bár az irodalmi szöveg ezeket a hétköznapi nyelvnél feltűnőbben és bizonyos értelemben kreatívabban alkalmazza, valójában szó sincs semmiféle határok „átlépéséről”, hiszen ami történik, az eleve a nyelv, és az annak alapjául szolgáló fogalmi gondolkodás természetes működésének velejárója.

Konklúzió

A korábban feltett két kérdés (hogyan működik a metaforikus jelviszony a szöveg egészében, és milyen tanulságok vonhatók le e jelviszony vizsgálatából a gyász és a trauma verbális reprezentációjára vonatkozóan a fikción kívüli, „való világban) közül az elsőre tehát a válasz az, hogy a szöveg a nyelv inherens *metaforicitását* és *ikonicitását* kiaknázva állítja egymás mellé, avagy fordítja szembe egymással az „elmondhatatlan” és a „kimondhatatlan” toposzait. Ugyanakkor ezáltal Morrison irodalmi narrációja nem csupán kihasználja a verbális nyelv alapvető mediális kvalitásait, hanem performatív módon le is leplezi annak működését – vagyis nemcsak hogy támaszkodik a *metaforicitásra* és az *ikonicitásra* a művészi kifejezés érdekében, hanem egyszersmind arra is rámutat, hogy a nyelv leíró, ábrázoló, elbeszélő képessége alapvetően ezekre az alakzatokra épül. Mindebből egyenesen következik, hogy a válasz a második kérdésre a szöveg által feltárt, a nyelvre irányuló önreflexív értelem hasznosításában keresendő. Ugyanis amennyiben a Morrison szövegében „leleplezett” aspektusok nem csupán az irodalmi nyelvhasználatban, hanem bizonyos mértékig valamennyi, a verbális nyelvet médiumként használó elbeszélésben, narratívában szerepet játszanak, akkor felvethető, hogy ezeknek a leíró, illetve narratív nyelvben betöltött funkciójának, a nyelv mint mediális közeg sajátos belső működésének pontosabb megértése a nyomasztó érzéseik, emlékeik narrativizációjával küzdők feladatának megkönnyítéséhez is hozzájárulhat. Másképpen fogalmazva a trauma vagy a gyász elbeszélhetőségét fókuszba állító irodalmi szövegek tanulmányozása azért különösen fontos, mert az így nyert tapasztalatok segítséget nyújthatnak olyan tapasztalatok verbalizációjában, amelyek esetében a hozzáférést a megfelelő nyelvi és fogalmi keretek kulturális tabusítás által okozott hiánya is nehezíti. Nem elsősorban azért, mert ezek a szövegek készen kínálnak hasonló kereteket, amelyeket a kulturális tabukkal dacolva alkotnak meg (bár bizonyos esetekben természetesen ez is elképzelhető), hanem főleg azért, mert arra is mintával szolgálnak, hogyan építhetjük fel mi magunk (vagy az érintettek) ezeket a kereteket a nyelvben eleve benne rejlő lehetőségek kiaknázása által. Mindez önmagában természetesen nem oldja meg a narrativizáció feladatát, ám ebben mindenképp fontos lépés lehet, ha a nyelvet akadályból a cél elérését megkönnyítő eszközzé tudjuk változtatni.

Felhasznált irodalom

- Abraham, N. – Torok, M.** (1994). *The Shell and the Kernel – Renewals of Psychoanalysis. Volume I.* Szerk. és ford. Nicholas T. Rand. Chicago & London: The University of Chicago Press.
- Arisztotelész** (1999). *Rétorika.* Ford. Adamik Tamás. Budapest: Télosz.
- Arisztotelész** (1997). *Poétika.* Ford. Ritoók Zsigmond. Budapest: Pannonklett.
- Békés V.** (2008). *A trauma reprezentációjának változásai holokauszt-narratívákban.* PhD-disszertáció. Pécs: PTE BTK, Pszichológiai Doktori Iskola. [2009-Bekes Vera \(pte.hu\)](https://www.pte.hu) 15/06/2021
- Caruth, C.** (1995). Introduction. In: uő (szerk.), *Trauma – Explorations in Memory.* Baltimore: Johns Hopkins University Press.

- Csobó P. Gy.** (2010). Autonómia és kimondhatatlanság – Zenefilozófia és zenetudomány határmezsgyéiről. *Magyar Zene*, 48(3): 277-293.
- Daylight, R.** (2011). *What If Derrida Was Wrong About Saussure?* Edinburgh: Edinburgh University Press.
- Drid, O.** (2015). Cycles of Violence, Cycles of Trauma in Toni Morrison's Jazz. *International Journal of Humanities and Cultural Studies*, 2(3): 243-254.
- Elleström, L.** (2010). The Modalities of Media: A Model for Understanding Intermedial Relations. In: uő (ed.), *Media Borders, Multimodality and Intermediality* (11-50). London: Palgrave MacMillan.
- Elleström, L.** (2018). A medium centered model of communication. *Semiotica*, 224.
- Fauconnier, G. – Turner, M.** (1998). Conceptual Integration Networks. *Cognitive Science*, 22(2): 133-187.
- Fauconnier, G. – Turner, M.** (2002). *The Way We Think: Conceptual Blending and The Mind's Hidden Complexities*. New York: Basic Books.
- Foa, E. B. – Molnar, C. – Cashman, L.** (1995). Change in rape narratives during exposure therapy for posttraumatic stress disorder. *Journal of Traumatic Stress*, 8(4): 675-690.
- Goarzin, A.** (2011). Articulating Trauma. *Études Irlandais*, 36(1): *Trauma et mémoire en Irlande*, 11-22.
- Heffernan, J. A. W.** (1993). *Museum of Words. The Poetics of Ekphrasis from Homer to Ashbery*. Chicago & London: The University of Chicago Press.
- Herman, J.** (1992). *Trauma and Recovery: The Aftermath of Violence – From Domestic Abuse to Political Terror*. New York: Basic Books.
- Jankélévitch, V.** (1983). *La musique et l'ineffable*. Paris: Éditions du Seuil.
- Kérchy A.** (2006). Narrating the Beat of the Heart, Jazzing the Text of Desire: A Comparative Interface of James Baldwin's *Another Country* and Toni Morrison's *Jazz*. In: L. King – L. O. Scott (eds.), *James Baldwin and Toni Morrison: Comparative Critical and Theoretical Essays*. London: Palgrave Macmillan.
- Kövecses Z.** (2005). *A metafora. Gyakorlati bevezetés a kognitív metaforaelméletbe*. Budapest: Typotex.
- Lakoff, G. – Johnson, M.** (1980). *Metaphors We Live By*. Chicago & London: University of Chicago Press.
- Mandel, N.** (2006). *Against the Unspeakable – Complicity, the Holocaust, and Slavery in America*. Charlottesville: University of Virginia Press.
- Milián O.** (2009). Az ekphraszisz eredetei. In: uő, *Képes beszéd* (22-47). JAK-Füzetek 159. Budapest: József Attila Kör – Prae.hu.
- Morrison, T.** (1993a). *Jazz*. New York: Plume–Penguin Books.
- Morrison, T.** (1993b). *Dzsessz*. Ford. Vághy László. Budapest: Európa Könyviadó.

- Peirce, C. S.** (1998). *The Essential Peirce, Vol 2*. Peirce Edition Project. Bloomington, IN: Indiana University Press.
- Pennebaker, J. W.** (1990). *Rejtett érzelmeink, valódi önmagunk. Az őszinte beszéd és írás gyógyító ereje*. Ford. Ehmann Bea. Budapest: Háttér Kiadó, 2005.
- Pennebaker, J. W. – Susman, J. R.** (1988). Disclosure of traumas and psychosomatic processes. *Social Science and Medicine*, 26(3): 327-332.
- Pennebaker, J. W. – Seagal, J. D.** (1999). Forming a story: The health benefits of narrative. *Journal of Clinical Psychology*, 55(10): 1243-1254.
- Pici, N.** (2000). Trading Meanings: The Breath of Music in Toni Morrison's "Jazz". *CEA Critic*, 62(3): 18-38.
- Rajewsky, I. O.** (2005). Intermediality, Intertextuality, and Remediation: A Literary Perspective on Intermediality. *Intermediality. History and Theory of the Arts, Literature and Technologies*, 6, 43-64.
- Rody, C.** (2000). Impossible Voices: Ethnic Postmodern Narration in Toni Morrison's "Jazz" and Karen Tei Yamashita's "Through the Arc of the Rain Forest". *Contemporary Literature*, 41(4): 618-641.
- Schopenhauer, A.** (1991). *A világ mint akarat és képzet*. Ford. Tandori Ágnes és Tandori Dezső. Budapest: Európa Könyviadó.
- Schwab, G.** (2006). Writing Against Memory and Forgetting. *Literature and Medicine*, 25(1): 92-121.
- Szívós M.** (2013). *A jeltől a kódig – Rendszeres szemiotika*. Budapest: Loisir.
- Tarasti, E.** (2012). *Semiotics of Classical Music. How Mozart, Brahms and Wagner talk to us*. Semiotics of Communication and Cognition, Vol. 10. Berlin: De Gruyter Mouton.
- Turner, M.** (2013). Iconicity by Blending. In: L. Elleström – O. Fischer – C. Ljungberg (eds.), *Iconic Investigations* (13-24). Iconicity in Language and Literature 12. Amsterdam & Philadelphia: John Benjamins Publishing.



Ankét: Terapeuták és a vírus

A Covid-19 koronavírusjárvány váratlan, globális stresszként jelent meg mindannyiunk számára, és speciális, korábban nem ismert kihívásokat hozott a különböző élethelyzetekben. Ezen kihívások közé tartozik a pszichoterápiás folyamatokra, terápiás terekre, kliensekre és terapeutákra gyakorolt hatás is. Az *Imágó Budapest* szerkesztősége a terápiás helyzetekben megjelenő új tapasztalatokról, az érzelmek, szakmai dilemmák, terápiás technikák, kapcsolatok változásairól szeretett volna képet kapni, e szándék nyomán jött létre ez az ankét. Felhívásunkra, melyben rövid, szakmai/szubjektív reflexiókat kértünk, tíz válasz érkezett olyan szakemberektől – pszichoterapeutáktól, pszichológusoktól –, akik terápiás tevékenységüket folyamatosan fenntartották a járvány három hulláma alatt. Ezek az írások a harmadik hullám végén, 2021 májusában születtek. Az ankét részét képezi két szakmai naplórészlet is (Bokor László és Székács Judit írásai), melyek a 2020 tavaszán zajló első hullám kihívásaiba engednek bepillantást, budapesti és londoni terápiás praxisokban. A szerkesztőség őszintén reméli, hogy a járvány nagyobb hullámai nem térnek vissza, de azt is valószínűnek tartjuk, hogy hatásai még a jövőben is érezhetőek lesznek a terápiás munkában. Az ezzel kapcsolatos szakmai reflexióknak, visszatekintéseknek igyekszünk a jövőben is fórumot biztosítani.

Csabai Márta

az ankét szerkesztője

1. Szakmai naplók a COVID-19 járvány első hulláma alatt

Bokor László: Pszichoanalízis a járvány idején

Bevezető

Tanulmányom a COVID-19 világjárvány magyarországi első hulláma kritikus időszakát, 2020. március 15-től április 26-ig tartó első másfél hónapját öleli fel. Írásom ezen időszak alatt született szakmai leveleim átszerkesztett változataira épül. A fejezeteknél szereplő dátumok a szakmai média felületeken (Pszichoterápia

szakfolyóirat honlapja, MentalPort rendelő honlapja, pszicho-szakmai Facebook csoportok) történt közreadások időpontjait jelzik. Megírásuk belső mozgatóit a megoldáskeresés, az első hullám kritikus egyéni, szakmai, társadalmi szintű megterhelésének szakmai-személyes élményei adták. Ezekhez társult meghatározóan a hasonló megterhelést átélő szakmai közösséghez történő kapcsolódás fenntartása, megőrzése a hirtelen induló fizikai, szociális elszigeteltség közepette.

A járvány indulása szakmai dilemmákat és morálisan, szakma-etikailag is kiélezett kérdéseket vetett fel a felelőség területén: például a fontos normává vált szociális távolságtartás szempontjai esetenként ütköztek a páciensek kompenzált mentális állapotát biztosító szempontokkal. Ebben az időszakban a terápiák nagy része hirtelen – kutatási adatok szerint 1-3 nap alatt – állt át távkommunikációs formára. Ennek forszírozott tempója a páciensek és a terapeuták számára egyaránt komoly megterhelést jelentett. Utóbbiak közül különösen jelentős volt ez azok számára, akik korábban nem rendelkeztek tapasztalattal e területen. A szakmai levelek céljai közé tartozott az élmények megosztása mellett javaslatot tenni az átállás lépéseire, szempontokat nyújtani a kapcsolódó döntési folyamatokhoz szükséges mérlegelésekhez, mérsékelni a szorongással járó társadalmi folyamatok közepette elindult átállási folyamat lépéseinek kondenzálódását.

A szakmai közösség megterhelését növelte a társadalmi szintű pervazív szorongás, amelynek a terapeuták és pácienseik párhuzamosan voltak kitéve, *egyszerre és együtt voltak benne*. A terápiás kapcsolat védhetetlenül külső folyamatok hatása alá került, felszippantva a környezeti szorongást. Erre igyekeztem reflektálni szakmai leveleimben a járvány itt-és-most-ja közepette.

A legkritikusabb időszak során leírtakat ma, másfél év távlatából bizonyos tekintetben árnyaltabban látom és ítélem meg, de mint egy szakmai napló részletei talán érvényesnek tekinthetők, mint üzenetek a jelennek arról, hogyan borítottak el pszichoterapeutaként a társadalmi krízis folyamatai.

Váltás távterápiára a futó terápiák esetében – lépések és tépelődések akár utólag is (2020. március 22.)

A páciensekkel kapcsolatos bármilyen átállás során számítani lehet arra, hogy nem csak a terapeuta napirendje borul fel, hanem a páciensé is. Még a home office-ra korábban átálltak számára is nehézséget jelenthet, mert új helyzet lehet, hogy otthon tipródnak a lakásban együtt valamennyi családtaggal (iskolák bezárása, tömegessé váló otthonról dolgozás). Vagyis elkerülhetetlen, hogy nem csak a távterápiára átállás csínjába-bínjába kell bevezetni a pácienset, hanem – többek között – mindenkivel külön-külön időpont egyeztetési erőfeszítés vár a terapeutákra.

Emellett távterápiás és személyes szetting esetén egyaránt számolni kell azzal, hogy a kritikus helyzet miatti rendkívüli társadalmi szorongás, az előzmény nélküli helyzetek sokasága miatt valójában már felfüggesztődött a terápia eredeti célkitűzés szerinti folyamata.

Ha rendelkezésre állnak a váltás feltételei, akkor merülnek fel a következő lépések lehetőségei:

0) Érdemes először az aktuális helyzetet felmérni: billen vagy nem billen, vagy várhatóan billeni fog-e vagy sem a páciens az aktuális megterhelések következtében.

1) Ha labilis a páciens, akkor az aktuális állapotot szükséges áttekinteni és megtervezni a lehetséges környezeti segítségek bevonásának lehetőségeit: kihez, hova, mivel lehet fordulnia.

2) Ha ez rendben van, akkor lehet felvetni a konzultáció, tanácsadás lehetőségét távterápiás szettingben és felajánlani a kipróbálást, hogy hogyan működik az adott pácienssel. Vagyis nem megígérni, hogy ez menni fog. Ha nem megy, akkor vissza kell váltani az 1-es ponthoz.

3) Ha megy, akkor érdemes módosítani, váltani a célkitűzésben. Ennek során kiemelt az aktuális helyzet (veszélyben a terápia, veszély érzetek az élethelyzetben, alkalmazkodási nehézségek az aktuális helyzethez, elkülöníteni a fertőzésveszély miatti aggodalmat a szorongástól) áttekintése. A szorongás esetén meghatározóan jelennek meg a páciens mentális folyamatainak a mintázatai: a járvány a leggyengébb ponton támad.

A járványhoz kapcsolódó sajátos lélektani tényező, hogy fontos tudatában lenni annak, hogy páciensünkkel együtt azonos megterhelő hatások alatt állunk, mindketten azonos helyzetnek vagyunk részei. Ez tény, és emellett fontos arra is reflektálnunk, hogy az azonos hatások eltérő szubjektív pszichológiai rendszerben kerülnek asszimilálásra. Vagyis megélésük tényezőiben szükségszerűen eltérő mentális folyamatok játszanak meghatározó szerepet. Mindeközben fontos, hogy azonos mezőben vagyunk, vagyis, ha akarjuk, ha nem, terapeutaként nem tudunk *ránézni* páciensünk helyzetére, mert mindketten *benne* vagyunk. Ezért terapeutaként csak belülről tudjuk nézni helyzetünket, átélni azt páciensünkkel együtt. Ezt érdemes szem előtt tartanunk, reflektálnunk, és nem a megszokott perspektívához ragaszkodni.

4) Ha ez is rendben van, és kiegyensúlyozott helyzet felé indul el a folyamat, akkor lehet gondolkodni, hogy a jelenre adott reakciók hogyan hordoznak, tartalmaznak korábbról hozott elemeket, ezen keresztül mennyiben kapcsolódnak az indító terápiás célkitűzéshez. Ha ennek egyes elemei megjeleníthetővé válnak, akkor lehet megpróbálni integrálni a kettőt, az eredeti és a módosított terápiás célkitűzést. Ennek során mérlegelhető, hogy tovább lépve be lehet hozni fokozatos hangsúlyemeléssel az eredeti terápiás célkitűzést. Lehetséges, hogy ezek kezdetben csak kisebb lépésekben történhetnek meg, de innentől mégis jelen vannak. Ha ez a folyamat leáll, akkor felmerül a) vagy a konzultáció lezárása, vagy b) visszalépni a 3-as lépéshez, vagy szükség esetén a 2-eshez, 1-eshez. Mindez újra indítható talán többször is.

5) Ha megy a 4-es, akkor a folyamattól függően a hangsúly fokozatosan módosítható, lehet teret engedni az eredeti célkitűzésnek.

6) Ha restaurálódott az eredeti célkitűzés, akkor is legfeljebb augusztus-szeptemberre lehet hátradőlni (nyári szünet is lesz, ha lesz), de számítani lehet rá, hogy visszatér a járvány időszakának traumatikus jellegű hatása. Lehet, hogy

a) a terápiával kapcsolatos veszteség élmények térnek vissza,

- b) az ekkora megjelenő egzisztenciális borulások okoznak újabb traumát,
- c) a veszélyes helyzetben befagyasztott kapcsolati problémák lobbannak be nagy erővel.

Körülbelül így tudom elképzelni lépésekbe illesztve a folyamatot. De ezek csak szempontok a friss tapasztalataim, tépelődéseim alapján. Miközben én is benne vagyok a mezőben, vagyis én is belülről látom, és nyilván ezt csak korlátozottan tudom reflektálni. Ebben igyekszem partnerekre támaszkodni.

A terapeutára nehezedő szorongások természete (2020. március 29.)

Jön a hétfő. Talán túl vagyunk az első hét sokkján, de lehet, hogy jön a másodiké.

Hallgattuk pácienseinket a „De jól ment a váltás” örömeivel Skype-on (Zoom, Messenger, Hangouts, Telegram, Cisco Webex Meetings, Jitsi, Teams – ezek közül kéne választani, rátalálni a legjobbra) távterápiás szettingben. Azon gondolkodom, mi vár ránk, rám hétfőn – a következő héten.

A távterápia számos mellékhatásának egyike, hogy megszűri a szorongást. A szorongás exponenciálisan (négyzetesen, vagyis kétszeres távolság negyedére) csökken a szorongást kiváltó forrás távolságával. Távterápia esetén tudjuk, hogy páciensünk távol van. Tudjuk, hogy a fertőzés esélye nulla. Másrészt páciensünkkel valójában együtt vagyunk benne egy szorongást keltő helyzetben. Ezt nem szűri meg a Skype sem. A ránk váró héten szembesülhetünk a társadalmi szintű szorongás terápiai folyamatra gyakorolt hatásaival.

Lényegében ez tömegfolyamat, és tömegrészként nem tudunk nem szorongani. A szorongás azonban még ha van is reális veszély, sosem a veszély valóságos összetevőinek szól. Az utóbbi a félelem, amire ráépül a szorongás. De e kettő ilyenkor csak részben szétválasztható. Ezért egy szorongás által meghatározott közegben, krízis által meghatározott társadalmi helyzetben nem tudunk nem szorongani. Ennek evolúciós okai vannak. Az állat nem szorong, hanem csak megijed, vagy fél (de erről érdemes lenne Csányi Vilmost megkérdezni). Ez evolúciósan hasznos, mert biztosítja a veszély eredményes elkerülését, így őseink evolúciós sikeressége erre épült. Emberként a természetnél bonyolultabb helyzetekben kell eligazodnunk, mert összetett szociális szituációkban kell bejósolnunk a jövőben ránk leselkedő veszélyeket, ami lényegében a szociálisan nem megfelelő viselkedés. A folyamatos alkalmazkodást lényegében folyamatos veszélykeresés biztosítja, így a félelemből szorongás lesz, amit a sikeres alkalmazkodás csak időlegesen mérsékel. Ezért, bár tudhatjuk, hogy szorongásunk nem reális, attól még szorongunk, mert a folyamatos veszélygenerálásunk szükségessége a folyamatos alkalmazkodásunkat szolgálja. Ennyiben adaptív.

Tömeges folyamatokra még inkább igaz ez. A tömeg szintű szorongás tömegpánik formájában jelenik meg. Beindítója többnyire reális veszély, de a reakció ilyenkor rendkívül eltúlzott, többnyire szélsőséges. Például világos, hogy a mostani járványhelyzet eddig sehol sem járt élelmiszerhiánnyal, de a felvásárlás helyenként valódi átmeneti élelmiszerhiányhoz vezetett. Itt a veszélyt, az átmeneti hiányt éppen

egy képzelt veszélyre adott szorongásos tömegreakció hozza létre, így abból valóságos veszély és ennek következtében a szorongásból félelem lett. Mintha ez lenne a kisebbik rossz. Társadalmi krízis esetén számos hasonló cirkuláris visszacsatolással öngerjesztő körök indulhatnak el.

A fentiek a gyorsan fokozódó és a tömegfolyamatok szintjén erős szorongáskeltő hatást gyakorolnak saját belső mentális működésünkre és kapcsolati folyamatainkra is, ami a terápiás kapcsolatainkat is eléri. Ennek első jele a terapeuta reflektív működésének beszűkülése. Ez könnyen felismerhető, amíg fennmarad önreflektív képességünk. Azonban pont ez sérül először és legnagyobb mértékben. Ilyenkor a krízisre jellemző vagy-vagy választási lehetőségekkel szembesülünk – legalábbis látszólag: „*Tegyem vagy ne tegyem?*” „*Felhívjam telefonon, vagy ne?*” „*Jó vagy rossz?*” Ha pedig döntésre jutunk, akkor azt egyedüli üdvözítőként élhetjük át, amelynek igazságához kétség sem férhet, vagy indulatossá tesz a kételkedőkkel, más állásponton lévőkkel szemben.

Hétfőn az vár rám, hogy csökkent reflektív kapacitással álljak munkába, miközben ez a legfontosabb eszközem a pszichoterápiás munkában. De ha tudom, mi vár rám, az már önmagában reflexió, ezért fontos számomra összefoglalni mivel, hogyan érkezem a terápiás helyzetbe:

1) A társadalmi szintű szorongások jelentősen érintik személyes életemet, ezért eleve csökkent reflektív kapacitással érkezem a terápiás helyzetbe.

2) Személyes és távterápiás szettingben egyaránt ebben az állapotban fogadom pácienseimet, akik ugyanabból a szorongásos mezőből érkeznek, amelynek én is része vagyok. Ennek együtt vagyunk részei, mindketten belülről éljük át azt, és egymást is elsősorban azon belüliként érzékeljük. A közös reakció ereje felfüggeszti a korábbi kapcsolati minták elemezhetőségét. A környezeti tényezők asszimilálják az áttétel és viszontáttétel jelenségeit. Utólagos megjegyzés: Ehhez hasonlót csak 2001. szeptember 11-én éltem át, amikor a lángokban álló, majd összeomló WTC toronyok képei töltötték ki a terápiás teret.

3) Valamennyi páciensem az enyémhez rendkívül hasonló szorongás mintázataival érkezik az órára, vagyis ugyanazt a szorongást hozzák, amellyel én is küzdök.

4) A szorongás a szakmai közösségeket is eléri, ezért nehezített csillapító szakmai kapcsolódásokhoz jutni kollégáknál.

Hamis lenne ezek után jó tanácsokat adni. Számomra fontos arra törekedni, hogy minél többet megőrizzek abból a játékeremből, amelyben mérlegelni, gondolkodni és kérdezni tudok akár páciensemmel együtt tőle, magamtól, mindkettőnkől. És szerintem mindezzel mostanában nem vagyok egyedül, szakmatársaim is hasonlóval küzdenek.

A társadalomban zajló folyamatok terápiákon belüli hatásai (2020. április 5.)

Továbbgondolom a kritikus társadalmi helyzetek terápiás folyamatra gyakorolt hatását.

a) Ha váratlan veszteség ér, nehezíteni fogja pácienseim veszteségeivel történő munkámat.

b) Ha pácienseim többsége veszteség élménnyel érkezne, az szintén nehezítené ezt, mert elkezdené kimeríteni ezirányú kapacitásomat.

c) Ha pácienseimnek többsége veszteség élménnyel érkezik, és engem is ilyen élmények öntenek el, akkor az az előbbieknél még jobban meg fog terhelni.

A mostani járványhelyzetre vetítve a fenti példa úgy alakul, hogy veszteség ér, mert elveszett a megszokott biztonságérzetem. Tapasztalataim egy része mostanra érvénytelenné vált a jelenlegi előzmény és modell nélküli helyzetben. Gyorsan kell újakra szert tennem. Kipróbálására nincs időm, alkalmazni kényszerülök. A terápiás helyzet mintha kísérleti helyzetté válna. És hasonló élménnyel érkezik valamennyi páciensem, ugyanaz vesz körül őket és engem.

A terápiás kapcsolatainknak mindig része a társadalmi folyamatok által alkotott mező, pontosabban benne vagyunk abban a terápiás kapcsolatainkkal együtt. Kiegyensúlyozott helyzetben ez finoman mozgatva szövi át a terápiát, rendszerint fel sem tűnik. Jelen van, körbevesz észrevétlenül, ahogyan a levegő. Kritikus helyzetekben azonban mintha betörne a terápiás kapcsolatba. Valójában azonban nem betör, hanem felszippantja azt. Feloldódnak a lélektani határok kínzóan megváltoztatva az addigi légkört. A terápiás folyamat a környező nagyobb rendszer hatása alá kerül. A külső tényezők egy pillanat alatt belsővé válnak.

Mit tehetünk ilyenkor? A kérdésre adható válasz abból meríthető, hogy *e helyzet dinamikája a páciens és terapeuta terápiai helyzeten kívüli találkozásához hasonló.*

Például, ha páciens és terapeuta színházban, boltban összetalálkozik, akkor mindketten nyilvánosan és egyszerre válnak részeseivé a találkozás kontextusának. Mindkettőjük viselkedésének, élményeinek ez az aktuális meghatározója, az ott-és-akkorban háttérbe szorulnak terápiás kapcsolatuk mozgatói. Például színházban elegánsan kiöltözöttek, vagy a büfé előtti sorban türelmetlenkednek. Egyrészt az „ilyenek még nem láttam” intenzív élményét élhetik át, másrészt a találkozás felfokozza a terápiás kapcsolat folyamatait. Utóbbiak nem a találkozás helyzetéhez tartoznak, hanem elsősorban a terápiás kapcsolatból erednek. A terápián kívüli közös élmények közös emlékként folytatódnak a következő órákon. Az egymásra adott reakciók megértését nehezíti, hogy a terápiához tartozó élményeket „felszívják” a szociális helyzet keretei.

Vagyis két tényező érvényesül párhuzamosan: a) a terápián kívüli találkozás hatására felerősödnek a terápiás kapcsolat rejtett folyamatai, miközben b) megjelenésük elmosódottabbá válik, mert beépítésre kerülnek a helyzet nem-terápiás elemei.

A társadalmi események a fentiekhez hasonlóan olyan mezőt alkotnak, amelyek hatásai párhuzamosak, így ennek páciens és terapeuta közös átélői, hasonlóan a terápián kívüli találkozásához. Közös a kettőben, hogy terápián belül egy erőteljes külső kontextus hatását jelenítik meg. Mindkét esetben párhuzamos és kölcsönhatásba kerülő folyamatok aktiválódásán van a hangsúly. *Ezért a társadalmi folyamatok dinamikája úgy jelenik meg páciens és terapeuta között, mintha a terápiás helyzeten*

belül terápián kívüli találkozásra kerülne sor. Ez jellemzi például a politikai, világnézeti, etnikai szempontok, súlyos társadalmi konfliktusok, katasztrófa helyzetek terápián belüli megjelenését. Ezek mind olyanok, amelyekben páciens és terapeuta egyaránt benne van. Bár mint kritikus folyamat betörése a terápiás helyzetbe modellnélküli e mostani járványhelyzet, de a fentebb vázolt jelenség egyes elemei ismerősek lehetnek a terapeuták számára. A kapcsolódó korábbi tapasztalatainkra próbálhatunk meg támaszkodni.

Miért megterhelőbb a távterápiás, mint a személyes helyzet? (2020. április 12.)

A távterápia indikációja pszichoterápia esetén szűkebb, mint a személyes terápiáé. A váltás során érdemes mérlegelni ezeket. Várhatóan nem lehet valamennyi esetet átállítani, vagy különböző okok miatt nem fog átállni, így lemorzsolódásra is lehet számítani. A MentalPort rendelő munkatársaival közös gondolkodások során korábban is kerestük a választ arra, hogy mitől megterhelőbbek a távterápiás ülések a személyes helyzetben futóknál. Tapasztalatainkat és a neurobiológiai vonatkozásokat szeretném megosztani.

A távterápia új pszichoterápiás alapforma, amely önmagában meghatározza, formálja a terápiás kapcsolatot és az alkalmazott módszert (például kognitív, hipnózis, rogersi, pszichoanalitikus), ezért beállítódás-váltást tesz szükségessé a terapeutától. Problémákhoz vezet, ha a megszokott eljárást egyszerűen megpróbáljuk átültetni az új alapformába. Néhány szempont ehhez:

1) Távterápia esetén a páciens fizikailag nem távolodik el az otthonától, így kiesik az otthoni helyzetre történő rálátást segítő perspektíva. Személyes helyzetben a páciens, miközben az otthonáról (lakásáról, családjáról, szomszédjáról) beszél, közben nincs otthon. Távterápiában az éppen emlegetett hozzátartozó a szomszéd szobában tartózkodhat, hatást gyakorolva térbeli közelségével a páciensre. Jó esetben a páciens a családi fészekből jelentkezik be, rosszabb esetben egy családi hadszíntérről. Mindkettő jelentős eltérés a rendelői biztonságtól.

2) Hiányzik az érintés lehetősége. Nem érezhetjük, hogy meleg vagy hideg, nyirkos vagy száraz a páciens keze kézfogáskor. A cselekvésközeli impulzusok kevésbé kerülnek átélésre. Viszont számos olyan cselekvés történik, amelyek kívül esnek a kamera látóterén, de mégis a terápiás téren belül hatnak. Ezért nem csak kettős, hanem bizonytalanul lehatárolt a két terápiás tér.

3) Kiesnek az érkezés és távozás előszobajelenetei: nem látjuk a másikat télikabátban belépni, elmaradnak az illatok. Az öt érzékszervi modalitásból három mindenképpen kiesik, ami deprivációt jelent mindkét fél számára. Azt gondolhatnánk, hogy a másik arcát, tekintetét látjuk, így ezen a területen nincsen kiesés. Neurobiológiai kutatások szerint, bár itt a legészrevehetetlenebb, a terápiás munka szempontjából mégis itt történik a legfontosabb kiesés.

Röviden: a képernyőkép mellett jelentősen beszűkül a terápiás munkamóddhoz szükséges reflektív beállítódás lehetősége. A kutatások szerint a másik tekintetének irányultságából automatikusan és reflektálatlanul modellezzük annak belső szándékát, mentális állapotát, és ennek megfelelően épül fel saját reagálásunk is.

Egyéni helyzetben a másik szeme egy monitoron lévő arc körül, illetve a monitor körül kalandozik. Vagyis nem az arc kontextusa a pásztázási terület, hanem a monitor és annak háttere alkotja ezt. Ezért a másik szemmozgását egyszerre határozza meg a két eltérő helyszín, ami nem alkalmazható az önkéntelen mentális modellezésre. E mikroszinten ide-oda zajló folyamat – ha tetszik, az interszubjektív menet – még a kétszemélyes távterápiás elrendezésben is széttöredezik, kevésbé vehető – miközben ez a reflektív üzemelés lényegi anyaga. Elveszik az automatikus modellálás mentálisan történő lefutását lehetővé tevő anyag döntő része. Feltehetően ebből is adódik, hogy nagyobb erőfeszítéssel kell figyelni, és ezért fárasztóbbak a távterápiás ülések.

A fentiekből következik, hogy a reflektív munkamód csak korlátozottan tartható fenn. Emiatt fontos gondolkodnunk, mérlegelnünk, hogy milyen módosítások, technikaváltások merülnek fel a terápia és a terápiás kapcsolat megóvása érdekében. Emellett fontos a terapeuta és páciense gondolkodásában megőrizni a terápia transzparenciáját. Legyen – akár utólag – világos, hogy mit csinálunk-csinálunk, és miért úgy.

Ez nem szakmai anyag, viszont rövid, mint egy vasárnap (2020. április 19.)

Legfőbb tanácsadómtól – több is van belőle – azt a visszajelzést kaptam, hogy eddigi szakmai anyagaim szorongást keltőek. Na, pont ez nem volt célom, ezt igazán sajnálom. Én úgy vagyok vele, hogy amiről eleget tudok, attól nem szorongok, hanem félek. Persze elsőre mindannyian szorongunk, és kell egy kis idő mire szétszálazzuk, mi a szorongás rész, és mi a realitáshoz kötődő félelem. Az utóbbi kijelöli a cselekvési irányt. Ha nem, akkor viszont azt tudom, hogy sok a szorongásos összetevője. A szétszálazás persze sosem válik teljessé. Nem jár megvilágosodással, ahogy az analitikusok hirdetik, hogy a belátás megkönnyebbüléssel jár. Viszont onnan tudhatjuk, hogy feldolgoztunk egy szorongást, hogy azt vesszük észre, hogy „jé, már mástól szorongok”.

Szóval valahogy így.

Ami viszont igazán vidám dolog, hogy ma a magas sportértékű futás közben azzal szembesültem, hogy rengeteg boldog gyereket és büszke apukát láttam erdőben, kisutcákban. Tekertek kisgyerekek libasorban, komoly arccal a bukósisakjuk alatt. Legelől tekertek az apukák biciklis gyerektartóban a legkisebb gyerekekkel, akin szintén bukósisak volt alatta nem kevésbé komoly arccal. A gyerekek boldogan, az apák büszkén, ironikusan úgy is mondhatnánk, hogy jóságos falkavezérként. Mutatták az irányt, és a családjuk követte őket. Esetenként a családanya is a csapat tagja volt, tekert elöl, hátul, középen a sorban, itt is ironikusan fogalmazva, pilláit rebegtetve fátyolos tekintettel figyelte urát. Ennyi boldog gyereket egy kupacban még nem láttam egyszerre. Egy pillanatra mintha minden(ki) a helyére kerülne. Ez persze gender szempontból problémás is lehet, de most mindenki pont ott akart lenni, ahol volt, és elégedett boldogsággal tekert.

Talán szép emlékeink is lesznek e nehéz időkből.

Boldogabb hétfőket!

A terápiás kapcsolat traumaközvetítő hatásáról (2020. április 26.)

Benne vagyunk. Fokozatosan bontakozik, mivel is dolgozunk a járvány idején.

Sajátélmény terápiánkban nem szerepelt sem járvány, sem távterápia, vagyis olyat nyújtunk pácienseinknek, amit nem kaptunk. A képzési céllal futó távterápiás sajátélményekben most „képezzük” az elsőgenerációs távterápiás terapeutákat. Azonban nem először fordul elő hasonló a pszichoterápia történetében. Freudnak nem volt analitikusa, és sajnos el is zárkózott az erre irányuló kollegiális felajánlásoktól (pl. Ferenczi és Jung álmai elemzésére vonatkozó javaslataitól Amerika felé hajózva az óceánjárón).

A társadalom válságos időszakai jelentős megterhelést jelentenek valamennyi lélektani rendszerben: egyén, pár, család, csoport, szervezet (cég, vállalat, intézmény), etnikai, nemzeti, világnézeti kapcsolati rendszer (eszmék, politika, hit). Ilyenkor jelentősen csökken a támogató szociális rendszerek ereje is. Családi szinten mindez az aktuális belső folyamatokon felül megterheli és gyengíti a gondozási és támogató kapacitást. A gyerek az élmények szintjén mindezt kötődési szükségleteinek frusztrációin keresztül éli meg. Ennek mentén a trauma „betör” a gondozó-gyermek kapcsolatba, és rombolja a biztonságos kötődés feltételeit. Ezért a társadalmi krízist vagy traumát gondozási frusztrációként éli át a gyermek.

A narratívák ezeket externalizációs hangsúllyal közvetítik, elfedve a trauma hatását közvetítő családtagok szerepét. Például: „A nehézségek ellenére anyád mindent megadott.” „Áldozathozásunknak köszönhetően alig szenvedtél hiányt.” „Hálás lehetsz, hogy volt erőnk gondozni téged.” Mindez már felnőttként a terápiában elbeszélve úgy jelenik meg, hogy „Anyám mindent megtett értem”, „Sokat voltam egyedül, mert anyámnak dolgozni kellett.” „Anyám mindent feladott értem.” „A szüleim miattam nem váltak el.” Vagyis a narratívák mentén az átélt frusztrációk, szenvedések élménye átszíneződhet.

Csak ritkán jelenik meg az őszinte költői önreflexió: „Én még őszinte ember voltam, / ordítottam, toporzékoltam. / Hagyja a dagadt ruhát másra. / Engem vigyen föl a padlásra.” (József Attila: Mama).

És csak ritkán számíthatunk arra, hogy páciensünk, kliensünk eljut ahhoz az élményhez, hogy „Ön nem tudta megvédeni a terápiámat a koronavírustól.”

PTSD esetén egyéni szinten sérül a sors uralhatóságának élménye. Társadalmi krízisek esetén a család tagjai veszítik el ugyanezt. Ezek szerint a társadalmi traumákat kötődési traumák emelik be az egyén mentális világába.

A jelenlegi járványhelyzetben a családi és a terápiás kapcsolatot ért megterhelés okozta élmények feldolgozását nehezíti, hogy a kívülről eredő hatások, események valóban korlátozzák a „sors” feletti kontrollt a családtagok, valamint a terapeuta és páciense számára egyaránt. A fentiek szerint a páciens élményperspektívájából a megterhelő hatásoknak végső soron a terapeuta a létrehozója. A terápiás szükségletek területén kialakuló hiányokat épp attól szenved el, akitől leginkább várná a biztonságot.

Jelen helyzetben hirtelen függesztettük fel a terápiás szettinget távterápiára váltva. A páciens élményperspektívájából tekintve létrehozóivá és aktiválóivá váltunk kötődési frusztrációinak. Ezek megjelenése vagy fedve maradása megkerülhetetlen kérdés a terápiás kapcsolatban a jelen élményei feldolgozása során. Terapeutaként nem könnyű e perspektívaváltás, hiszen sokat vállalunk a terápiák folytathatóságáért.

Székács W. Judit: Covid napló: Külső és pszichés realitás karantén idején

2020 tavasza óta egy világméretű emberi dráma résztvevői vagyunk. Szenvedélyes viták folytak a legjobb túlélési stratégiák és lehetőségek természetéről március 23-a előtt is, amikor az Egyesült Királyságban *lockdown*t hirdettek ki. *Lockdown*?! Az meg micsoda!?! A napokban olvastam, hogy a Collins szótár minden évben megrendezett, „az év szava” vetélkedőjét idén ez a kifejezés nyerte meg! Eredetileg börtönzsargon volt és „magánzárkát” jelentett...

Az, ami és ahogy történt, sok szempontból revelációként hatott páciensekre és terapeutákra egyaránt. Katasztrófák idején a világ kifordul a sarkaiból, és a józan ész határait újra kell gondolni. A tájékozódás extrém módon megnehezül: nem lehet tudni, hogyan különböztethetők meg a tények, a hamis információk, a fikció és a paranoia.

Mindezek után a teljes bizonytalanság állapotában kezdtünk zoomon „rendelni”. Eligazodni egy olyan vizuális térben, amely elvesztette a háromdimenziós sajátosságait, nem könnyű. Valószínűleg a megszokott perceptuális támpontok hiánya okozta az első időkben fellépő nagyfokú fáradtságot, amiről szinte mindenki panaszkodott. Sokan hamarosan áttértek arra, hogy az óra kezdetén, miután a rutin üdvözlések lezajlottak, kikapcsolják a videót, és a pácienssel egy auditorikus univerzumban folytassák tovább a terápiás munkát. Sok esetben ez lett az analitikus munka folyamatosságának feltétele. Az is kiderült, hogy így sokkal kevésbé fáradnak ki.

A láthatóság kérdése egyébként a mindennapi klinikai praxisban is állandóan felmerül. Hogyan lehet az optimális feltételeket megteremteni a *holding* (megtartás/tartalmazás) és a *reverie* (szabadon lebegő tudatállapot és figyelem) létrehozására? Ez a külső-belső analitikus feltételek kialakításának mindenkorl lényeges aspektusa és feladata. A vizuális képtől való elszakadás alapvetőnek bizonyult – és nem csupán a percepció síkján. Ameddig a képernyőre tapadtunk, az élmény konkrét szintjén tudtunk csak mozogni. Ez a behatároltság a mentális teret is eluralta. Általános tapasztalat volt, hogy nehezen lehetett a csendeket tolerálni. Rá kellett jöjjünk, hogy ha nem vagyunk képesek a képernyőről leválni, akadályozzuk az asszociációk, fantáziák és a szabadon lebegő figyelem áramlását. A képernyőre fixálás abszurd élményt hoz létre: egyszerre vagyunk nagyon közel, szinte karnyújtásnyira a másiktól és ugyanakkor végtelenül messze...

Ilyen tapasztalatok birtokában többen arról számoltak be, hogy az ülések során igen erős testi szenzációkat/reakciókat éltek meg: mintha az affektusok lehasítódtak és

projiciálódtak volna a képernyő túlsó oldalára, ily módon téve lehetővé a terapeuta számára, hogy belépjen a karantén és az izoláció során átélt élmények és affektusok területére, melyeket szavakkal leírni nem volt lehetséges. Az új körülményekhez való alkalmazkodásban rá kellett ébredjünk arra, hogy nemcsak a szetting funkcióit, de az ilyen mutatív változások között működőképes „*container*” fogalmát is újra kell gondolnunk. Ide tartozik a fizikailag nem jelenlévő „tárgyak” reprezentálására hivatott szimbolikus formák áttekintése is. Vannak, akik az „eszközt” (legyen az telefon vagy számítógép) a páciens helyére teszik, például a dívány párnájára, vagy a székre, ahol az ülni szokott.

A páciensek eredeti megoldásaival együtt, ahogy azok az „üres karosszéket” a terápiás folyamatban „kitöltik”, új fejezet nyílik ahhoz, hogy jobban megértsük, milyen kölcsönös mentális-fizikai folyamatok vesznek részt a külső-belső hozzáférhetőség fenntartásában. Ezek a variációk azokról a kísérletekről tanúskodnak, ahogy megpróbálunk mindkét fél számára valamiféle „élhető” jelenléteket teremteni ebben a szokatlan környezetben.

Vajon többet fantáziálunk, vagy a szenzuális élmény egyre kevésbé lesz fontos a számunkra? Megkíséreljük-e, hogy asszociációink révén ezt a virtuális világot belakjuk, és az ismerős humán tér elemeivel: színekkel, fényekkel, szagokkal, kinesztetikus érzésekkel töltjük fel? Milyen mechanizmusokat mobilizálunk, amikor megpróbáljuk visszaidézni mindazt, ami eltűnt? Milyen hasításokat és juxtapozíciókat alkalmazunk, milyen primitív mechanizmusokat hívunk életre ebben a szenzuálisan limitált audiovizuális térben? Az „eszközökkel” formálódó viszony nagyon sok mindent elárul erről az analitikus rendelők világába szükségképpen befogadott harmadik szereplőről. A *lockdown* tapasztalatai egyértelművé tették, hogy az, hogy beengedjük-e a technológiát a személyes klinikai terünkbe, immár nem csupán elméleti/filozófiai kérdés. Az információs technológia mint eszköz helyet követel a módszertani eszköztárunkban és a gondolkodásunkban egyaránt.

Szakmai Covid-naplóm első fejezete lassan a végéhez közeledik. Egy kollektív trauma narratívája nem végződik egyetemes örömujjongással és ünnepléssel. A külvilágba való visszatérés nem könnyű. Mit találunk majd, ha kimegyünk? Vajon a kedves helyeink átvészelték-e a drámai változásokat? Hát az emberek, akik közel állnak hozzánk és akiket szeretünk? Mit fogunk érezni, amikor újra szabad lesz megölelnünk őket: megérintenünk egymást, szeretni őket, érezni az ismerős szagokat és a test melegét, amikor oly hosszú idő után végre visszakövetelhetjük a testünket, 3D-ben, a maga teljes valójában? Ha majd szembenézünk a külső világ bizonytalanságaival, megváltozott vonásaival, viszonyrendszerével... az új ismeretlennel?

Számba kell vegyük a veszteségeket és azt, amit nyertünk. Elgýaszolni azt, ami létezett, amióta csak emlékezni tudunk, és ami elpusztult vagy eltűnt – talán örökre... Élni a fájdalommal és a reménnyel; az újrakezdés brutalitásával és szépségével. Camus kísértetiesen fogja, érzi, mi történik velünk. A *pestis* – ami a világjárvány alatt ismét nagyon népszerű olvasmány lett – egyik végső gondolata körülbelül így hangzik: „ránk vár, hogy viseljük azokkal együtt, akik a történetet átélték, a közös nyomorúságot és reményt...”

2. Szubjektív és szakmai reflexiók a harmadik hullám végén

Krékits József: Mosolyok a maszk mögött

Két zárás és két nyitás után vagyok, vagyunk. Az első, tavaly márciusi zárás váratlanul ért engem és klienseimet, pácienseimet is. Az egy éve működő csoportterápiámat felfüggesztettem, mivel semmiféle tapasztalatom nem volt online csoportozással, addig még nem is olvastam ilyesmiről. Az egyéni daseinanalitikus terápiáimat is szüneteltetni kényszerültem, mivel a *Dasein* – mely jelenlétet, ittlétet jelent – lényegileg határozza meg a terápia kereteit, szettingjét. Ráadásul az addig fekvő helyzetben lévő kliens online szettingjét el sem tudtam képzelni. Így egyértelmű volt, hogy ha nincs a páciensnek olyan veszélyeztető tünete, problémája, ami szoros követést és terápiát igényel, ezek a terápiák felfüggesztésre kerülnek átmenetileg. Mivel rövid dinamikus (DREAM) pszichoterápiában is dolgozom, ezeket a terápiákat nem függesztettem fel, mivel ezek face-to-face zajlanak, kevésbé idegenek az online (skype, zoom, stb.) terápiáktól. Azonban az erre való átállás sem ment zökkenőmentesen. A páciensek egy része nehezen tudta megoldani, hogy zavartalanul tudjunk kommunikálni, hiszen hozzátartozóik is sok esetben otthon maradásra kényszerültek, így előfordult, hogy parkoló autóból, munkahelyi szobából, erkélyről vagy egy szabad térből skype-oltak. Ez persze nem igazán segítette a terápia intimitását, sok esetben felszínesebbé vált a kommunikáció. Ha már korábban személyesen is találkoztunk több alkalommal, az legtöbbször megalapozta a kapcsolatunkat, amelyet fenn lehetett tartani az online térben is. Ha kevés találkozás volt, vagy online találkoztunk először, az jóval kevésbé hozta létre az egymásra hangolódást, egy-két ilyen terápiám a nyári szünet után meg is szakadt.

Az első nyitás után viszont hiába örültünk a személyes találkozásnak, a felfüggesztett terápiákban érezhető volt az ellenállás fokozódása és az újbóli egymásra hangolódás akadozása. A kliensek és a tanítványok (akik kiképző sajátélményű terápiába jártak) valószínűleg magukra hagyottan érezhették magukat még akkor is, ha tudták, hogy racionális okokból történt a felfüggesztése a terápiának, kiképzésnek. Saját tapasztalatom pedig az volt, hogy sokkal fárasztóbb és kevésbé élményt adó az online terápia, ami a személyes terápiás motivációimat csökkentette. A csoport újraindításakor egy tag ki is lépett a csoportból különböző indokokkal. A maszk rendszeres használata és a székek közti nagyobb távolságtartás az interperszonális térben is nagyobb távolságot hozott létre a csoporttagok közt.

A második záráskor úgy döntöttem, hogy csak a kiképző terápiáimat függesztem fel, a többit online folytatom. Időközben volt egy online csoportterápiás sajátélményem (a siófoki Pszichoterápiás Hétvégén), ahol pozitív tapasztalatokat szereztem az online csoportozásról, így úgy döntöttem, hogy így folytatom a csoportom terápiáját. Ezt csak egy csoporttag nem tudta vállalni lakáskörülményei miatt, a többiek belementek, de nagy volt a hiányzások aránya. A gyakran hiányzó csoporttagok közül ketten jelezték kiválásukat. A csoport magja ugyanakkor megmaradt, így a márciusi újraindítást követően két új taggal is bővült a csoport, ami a

régi tagoknak is új lendületet adott. Itt már a maszk és a távolságtartás nem igazán okozott hátrányt, talán azért is, mert eddigre megszokottá vált mindannyiunk számára.

Egyúttal magam is bátrabbá váltam az online egyéni terápiáimban, ezért olyan terápiát is bevállaltam, amit korábban nem tettem volna, egy évvel korábban hozzám járt kliensem online terápiáját, aki időközben külföldön telepedett le. Itt is zökkenőmentes volt a terápia újraindítása. A fekvő helyzetű terápiákban a maszkviselés nem okozott gondot, hiszen addig is csak a kliens hanghordozása jelentett támpontot számomra, a mimikája, pantomimikája (a nagyobb mozdulatokat kivéve) nem. A távolság sem változott érdemben. Itt a már korábban említett, a felfüggesztett terápia következtében létrejött negatív áttételes érzések és az újra egymásra hangolódás jelentett nehézséget, de egyben lehetőséget is ezek megbeszélésére. A face-to-face terápiáimban, ahol a mimikának nagyobb jelentősége van, a maszkviselés információ csökkenést eredményezett, bár a szemkörüli izmok működése némileg csökkentette ezt. (Magam is meglepődtem, amikor egy ismeretlen másfél éves kisgyerekekre a piacon maszkban rámosolyogva, ő visszamosolygott.) A rövid terápiákban a kliens érzelmi változásaira viszonylag gyorsan kell reagálni mind szóban, mind mimikában. Itt gyakrabban kellett visszakérdezni a páciens érzelmi állapotára, hogy pótoljuk a hiányzó mimikai információkat, és gyakrabban kellett feltennem a kettőnk kapcsolatára vonatkozó kérdést: „hogyan is vagyunk mi egymással?” A terápia rövidege miatt itt nem lehet kivárni, hogy a kliens spontán megfogalmazza ezeket az érzéseit.

Csak érintőlegesen szoltam eddig a külső körülmények hatásairól a terápiáimban. Nagyon gyakran kellett menedzselni a terápiában a vírushelyzet okozta változásokat, különösen az egyetemista populációban. A fiatalokat érzékenyebben érintette a velük egykorúakkal való találkozás korlátozottsága, és sok esetben a szülőkhöz való kényszerű visszaköltözés az albérletből, kollégiumból. De más korosztályúakat is sok tekintetben frusztrált a vírushelyzet, ami a terápiákban is megjelent, mint ventilációs igény a kliensek, páciensek részéről, s ez csökkentette a terápia fókuszáltságát. Ugyanakkor egyfajta sorsközösség-érzést is behívott a veszélyeztetettség érzése, ami viszont elősegítette az egymásra hangolódást mind az egyéni terápiákban, mind a csoportban. Ehhez a terapeutának is transzparensbbnek kellett mutatkoznia, hogy hitelesítse a saját határait és védelmi intézkedéseit a fertőzéssel szemben. Mivel mint egészségügyben dolgozó már januárban megkaptam mindkét védőoltásomat, ezért nagyobb bátorsággal tudtam személyes helyzetű terápiáimban részt venni, természetesen a védőintézkedések betartásával és egy ionizátoros légszűrő beszerzésével. A terapeuta biztonságérzése fontos ahhoz, hogy a klienseiben is hasonló érzést tudjon kelteni, egyben demonstrálva azt is, hogy nem lehetünk vakmerőek, hiszen mindannyian halandó emberek vagyunk.

Csigó Katalin: Az analitikus helyzet megváltozott realitása

Azt gondolom, nem túlzó használnunk a krízis, trauma, traumatizálódás, krónikus krízis szituáció kifejezéseket a covid-év kapcsán. Klinikusként, pszichoterapeutaként mindannyian feltehetően hasonló tapasztalatokat szereztünk: a pácienseinkkel közösen átélt realitás, a megbetegedés lehetőségének bizonytalansága megterhelte tartalmazó kapacitásunkat, és sok esetben lecsökkentette reflektív funkció képességünket is.

A csökkent reflektív kapacitás és tartalmazó funkció tapasztalata minden krízis szituációra jellemző. Fontos szakmai feladatunk ennek felismerése, elemzése és lehetőség szerinti mielőbbi visszaállítása. Ugyanakkor véleményem szerint ez a krízis eltér a mi generációnk által korábban megtapasztalt normatív vagy egyéb krízisektől, többek között éppen krónikus jellege és ismeretlensége miatt.

Ezeket a feltehetően közös tapasztalatunkon túl két, pszichoanalitikus magánpraxisban átélt terápiás élményemet szeretném itt most megosztani.

Az egyik analízisbe járó páciensem órakezdesi viselkedése jelentősen megváltozott a covid időszakban. Minden órát rituálisan azzal kezdett, hogy megkérdezte: „Katalin, jól van? Minden rendben önnel? Hogy bírja a kórházi munkát?” (A pácienseim tudják, hogy főállásban kórházban dolgozom.) Egy másik, analízisbe járó páciensem pedig, amikor az egyik ülését le kellett mondanom, mert egy kórházi feladat miatt nem tudtam időben odaérni az időpontra, a következőképpen reagált: „Természetesen megértem. A kórházi munkája ebben a helyzetben sokkal fontosabb”.

Hosszan lehetne idézni és elemezni, hogy az analitikus folyamatban hogyan dolgoztunk ezzel a két helyzettel, de itt és most a következő gondolatokat szeretném megosztani.

Egyrészt azt észleltem egyre markánsabban az elmúlt egy évben, hogy a krónikus krízis szituáció a határokat jelentősen átírja, és lappangó, de egyre erősödő módon a terápiás kereteket is bomlasztja, vagy legalábbis erodálja.

Hiszen ahogyan az az idézett példából látszik, megváltozott az analitikus helyzet realitása. Rólam, mint pszichoanalitikusról korábban is lehetett tudni, hogy milyen egyéb területeken dolgozom, de ebben a szokatlan szituációban a valóság, a realitás nagy erővel betolult az analitikus térbe. Általában véve azt szoktam gondolni, hogy fontos a realitás képviselete, megjelenése az analízisek terében, de ebben az évben, a nem normál krízishelyzet miatt az arányok akár túlzó elbillenését tapasztaltam.

Pácienseim reakcióiban természetesen a talán minden terapeuta által jól ismert reakciók is megjelentek: közös realitásunkká vált a megfertőződés lehetősége, egyaránt beengedtük egymást olyan terekbe – testi működés, integritás, egészség –, ami ilyen evidenciával korábban nem volt megragadható. Ez egyfajta közös felelősséggé vált, még akkor is, ha tartósan online térben dolgoztunk, és nem volt valódi lehetősége egymás megfertőzésének. Mégis tudtuk, hogy a páciensünk beteg/nem beteg, a családja beteg/nem beteg, hol tart az oltakozásban stb. Kíváncsi lennék, hogy ez a különböző terápiákban hogyan történt: vajon a páciens is tudta

mindezeket a terapeutájáról? Esetemben azt igen, hogy beteg vagyok/nem vagyok beteg, karanténban vagyok/nem vagyok karanténban; illetve azt is tudták a pácienseim, amikor be lettem oltva. Nem tudom felidézni a pontos forrást, de talán egy bostoni pszichoanalitikus posztolta valahol a neten, hogy megbetegedett, de erről nem értesítette a pácienseit. A kolléga online dolgozott magánpraxisban, így a megfertőzés veszélye természetesen nem állt fenn, de mégis elgondolkodtatott ez a megoldás: vajon hogy vannak ezzel a kollégák, ki milyen döntést hozott, ki milyen módon működött ebből a szempontból? Hogyan is működik a transzparencia, hol van ennek a határa, mi a normalitás egy ilyen rendkívüli helyzetben?

Visszatérve az idézett páciens reakciókra: azt észleltem, hogy a pácienseim elkezdtek tekintettel lenni az analitikusra, ami jelentősen megváltoztatta, akár meg is fordította az áttételi-viszontáttételi viszonyokat. Teljesen újszerű tapasztalásként jelent meg, hogy a pácienseim azt élhették át, hogy a terapeutájukhoz való kapcsolódás speciálissá válik: az onnipotencia (a kórházban én biztosan életet mentek), rivalitás, féltékenység, biztonság elvesztése-elnyerése, a figyelem adásának és fogadásának megfordulása (ld. a páciensek teszik fel a nyitó kérdést a közérzetemmel, oltási mellékhatásaimmal, vagy akár kórházi covid esetszámokkal kapcsolatban) kezdte el tematizálni a kapcsolódást. Mindezt nyilván nézhetjük úgy is, hogy az áttétel és a kapcsolódás intenzív változása bőséges anyagot tudott szolgáltatni az adott páciens kapcsolódási jellemzőinek elemzéséhez. De ebben a helyzetben ezt nem tudtam maradéktalanul így látni.

Pszichoanalitikusként mindegyik idézett helyzet erősen elgondolkodtatott, az utóbbi mélyen meg is rendített. Markáns határjelként éreztem magamban, hogy a normál lélektani helyzetek, pszichológiai nehézségek nem veszhetik el jelentőségüket a kórházi nehézségekhez, helyzetekhez képest. Szükségesnek éreztem és érzem: minden átélt túlterhelődés mellett – és ellenére – az analitikus identitás megóvása és töretlen fenntartása a feladatom. Így elindult bennem egy erre vonatkozó belső önreflektív munka.

Pénzes István: Jazz online – variációk a rabság témáira

Az alábbi rövid pszichoterápiás esszé az online tér és a zene találkozásából született. A külső körülmények korlátozó ereje, a helyzet rabsága adott volt, aztán jött a zongora és jött a jazz...

Ottó hamarosan húsz éves. Elszigeteltsége sokrétű. Kiskora óta vannak autisztikus tünetei, melyek bár serdülő korában mérséklődtek, jelen vannak az életében. Szüleivel él Nyugat-Európában, egy kikötővárosban néhány éve. Gyermekkorát Budapesten töltötte. A COVID miatt a tanév nagy részében online tanul, a középiskola utolsó éve ez neki. Matematikai tehetség, hobbizenész, tanulmányait informatika szakon folytatja az egyetemen. Fiatal férfi, de nő szeretne lenni, leginkább kislány. Úgy érzi, idegen testbe van zárva.

Pszichoterápiája online zajlik. Kapcsolatunk régi, tízéves kora körül gyermekterápiába járt hozzám. Az anya hívott fel, amikor megosztotta vele fia

öngyilkos gondolatait és titkát arról, hogy kislány szeretne lenni. A terápiás folyamat serdülőterápia, a szülőkkel közös beszélgetés kíséri. Ottó nem szeretne kamerán mutatkozni, hanggal dolgozunk.

A távolság először hatalmasnak tűnik. A gyermekterápiás előzmény a fogódzóm. Nehezen értjük egymást, a szülői aggodás és nyomás, a távolság, a kapcsolatteremtési gátoltság fokozza a feszültséget. Óvatos kérdéseimet is kritizálja Ottó, filozofál, én magamat tehetetlennek, őt elérhetetlennek érzem. A pianínó, ami megmenti a helyzetet. Ottó néha leüt egy-egy billentyűt, hallom a háttérben. Régen zeneiskolába járt, zongorázott. „Játszol mostanában?” – kérdezem. „Igen, szoktam” – válaszolja. Majd hallgatunk hosszan, ő pedig zongorázni kezd. Aint misbehavin'.¹ Szépen játssza, improvizál is egy kicsit.

A jazz eredetileg a rabság zenéje. A rabszolgáké egy idegen világban. A szomorúságé, a sírásé, de a vígaszé és a reményé is egyszerre. A menekülés lehetősége a belső világba. Az önkifejezés váratlanul felfedezett szabadsága. A zene, a jazz lett a mi nyelvünk is. Az online terápia korlátaival és Ottó belső rabságával szemben már nem érzem magam tehetetlennek. A következő órán, amikor az érzelmekről való beszélgetés akadozni kezdett, felvettem Ottónak, játssza el, ahogy érzi magát. Vette a lapot. Eljátszotta néhány kedvencét. A terápiás órákon a zene vette át az önkifejezés szerepét.

Kapcsolatunk is fejlődni kezdett. Ottó heteken át arra kért, mondjak egy számot, ő pedig hatalmas kottatárából megkeresi a sorszámhoz tartozó jazzdarabot és lejátssza. Remekül blattolt. Egy idő múlva beszélgetni is kezdtünk a zenékről. Élménymegosztás követte játékát rendre. Majd eljutottunk a kívánságműsor és Winnicott firkajátékának keverékéhez. Kértem tőle a kedvenceimet, ő játszotta a saját kedvencét, kapcsolódtunk egyik zenével a másikhoz, kinek miről mi jut eszébe. A jazz a találkozás lehetőségét nyújtotta az online térben, a hang határtalanul, a maga teljességében jelent meg. A COVID és az online terápiás keretek miatti hiányérzetet, a korlátokat megkerülte a zene. A körülmények fogságából kiléptünk általa, a rabság érzése átalakult.

A beszélgetéseinkben a jazz dalok tartalma is fontos szerepet kapott. Aint misbehavin', jó leszek, éneklé Fats Waller a zongoránál, közben a szeme sem áll jól. Ottó próbál jó lenni, keresi, hogyan lehetne az a fiatal felnőtt férfi, akinek környezete, szülei látnák. Közben vágyai óvodáskorát idézik, a kislányokra emlékszik vissza, akiket anyukájuk dédelget, apjuk becézget. Ő olyan kislány szeretne lenni. Ezekről a vágyairól nem tudunk beszélgetni. Ha szóba hozom, azzal hárítja el, hogy úgysem lehet változtatni a dolgokon. Nem látom őt közben, nincs teljes tapasztalatom a jelenlétéről ilyenkor. Inkább nem beszélünk erről, de a zene újra segít. Bill Evans szerzeménye, a *Waltz for Debby* a kérésem egyszer.² A dal számomra a szövege nélkül volt ismert, azt képzeltem a dallamait hallgatva korábban, hogy egy férfi vallomása egy nőnek, a keringő ritmusában kezdve. Ottó lejátssza, szépen, blattolva is szinte hibátlanul. Ő nem ismerte korábban. Vége ezzel aznapi óránknak. Búcsúzás közben váratlan őszinteséggel beszél az érzéseiről. Szívesen felvinné, rögzítené játékát,

¹ Aint't misbehavin' <https://www.youtube.com/watch?v=PSNPpssruFY>

² Waltz for Debby <https://www.youtube.com/watch?v=dH3GSrCmzC8>
<https://www.youtube.com/watch?v=lsb8mYrYycE>

mondja, de nem teszi, mert fájdalmas azt tudnia magáról, hogy ő nem egy kedves óvodás kislány. A dal keletkezésének utánaolvasva tudtam meg, hogy szerzője szöveget is írt hozzá. Debbynek szól, az imádott unokahúgnak, aki akkoriban babázós kislány volt. A kezdő sorok:

„In her own sweet world
Populated by dolls and clowns
And a prince and a big purple bear
Lives my favorite girl...”

Ez az a világ, ahova Ottó vágyik, aminek varázsa vonzza őt, amihez szavakat nagyon nehezen talál. A jazz kívánságműsor, amit játszottunk, váratlanul kínálta fel ezeket a dallamokat, melyek a vágyott világába vittek mindkettőnket észrevétlenül. A nemekről való gondolkodás lehetőségei kitágultak, utak nyíltak az árnyalatok érzékeléséhez, a képzelet és a beleélés a zene közegében meg tudott valósulni. Az online térben a jazzdallamok hidat képeztek közöttünk, és az ábrándozásnak formákat kínáltak. A reménytelenség, a bezártság nem állhatta útját a közös élménynek, az alkotásnak. Ahogy a jazz annak idején ki tudta cselezni a társadalmi berendezkedést, úgy most a COVID és az online kapcsolat korlátain is átáramlott, életet hozott a terápiás kapcsolatba.

Ormay István: Hullámok terapeutája

A covid járvány számomra a „Lét” komplex élménye, a testbe ágyazottság és az emberi méltóság kérdéseit helyezi előtérbe. Fontosnak tartom, hogy a járvány a létünket alapjaiban fenyegető, ám a személyes szférába kevésbé behatoló klímaszorongás miatti előfeszítettségre rakódott rá. A kettő között jelentős különbséget látok: a klímaszorongás inkább egy rögzült állapotként nagyítja fel az egzisztencia kérdéseit, de a személytől távolinak látszik, míg a covidot döntően a saját történetünként is átéljük, amelyben markánsan megjelenik a személyes cselekvésünk szabadsága és felelőssége is.

A covid távolról indult, de ahogy a valós tér időben közeledett, egyre gorombábban benyomult az egyének személyes terébe. A klasszikus elhárító mechanizmusok mellett előtérbe került az annulálás, a lelki szkotóma szerepe. „Nem akarom/nem bírom el a maga valójában látni a vírust, tehát nincs, vagy csak az influenza egy változata”. Az appercepció eme sajátos zavara okozta kognitív hiátust sokan paranoiával, azaz „félre tudással, tévhittel” töltik ki, és meggyőződésüket a média segítségével széles körben tudják terjeszteni. A tág teret kapó konteók visszahatva erősítik az annuláló attitűdöt, az affektus-vezérelt ítéletalkotást, és ezzel be is zárult a kör.

A realitáshoz való viszony mentén, a hovatarozást szimbolikusan is kifejezve (pl. maszkviselés) két táborra szakadtunk: vírus/oltáshívőkre és ellenesekre. Meglehet, mindkét tábor a védekező agresszió mozgatja, ám kölcsönösen sokkolják a másikat: bennük látják az emberi szabadság és méltóság veszélyeztetőjét. Külön veszélyt látok abban, hogy az erőtartalékok kimerülésével együtt lazulnak a mentális fékek, az

agresszió többször nyílt erőszakba csap át a beszélésuktől a tettlegességig. A terápiákban is folyamatos erőfeszítést jelent a parttalan agresszió lehetséges konstruktív mederbe fordítása, a morális tartás megőrzése, az elköteleződés és áldozatot vállalni tudás.

Az egyén lélektanát nagyban modulálják a tömeges, társadalomlélektani mozgások is. A covid fertőzés sokakat személyesen érint, de a covid válság a modern nyugati civilizáció súlyos hibáira világít rá, amelyekből csak egyet érintenek. Az egyén egyidőben szenved az információ özönétől és hiányától, de valójában azzal küzd, hogy a kaotikus zajból hogyan szűrje ki a valódi jeleket, és miként hasznosítsa azokat. Influenzák szóltak, és a tudomány lelepleződött: nem mindent tudó. Az elbizonytalanodás az irányító hatalmi rendszerek ítéletalkotó funkcióit is dezorganizálta, így sok egymásnak ellentmondó vagy célszerűtlen döntés született. A tartós túlingereltség önmagában is kimerüléshez vezet, ám a hírek potenciális forrásától elszakadni - az addikciók mechanizmusára emlékeztető módon - veszélyes, nem lehet. Az információ lényege: lesznek-e változások, és pontosan mik azok? Az információ birtokosairól feltételezhető, hogy tudják ezt, és ez a megelőlegezett bizalom köti hozzájuk a többieket. A tudás ezért és így hatalom. Ha a Hatalom a bizalommal visszaélve előretör, tovább gerjeszti a feszültséget azzal, hogy a biológiai esendőség mellett markánsá válik egyes társadalmi csoportok kiszolgáltatottsága is. Kollektív átszervezés és beletörődés: ha ezt is meg lehet tenni velünk, hol lehet a határ? Ez a történelemben ismétlődő, de a mostaniaknak új megélés az egyént mély egzisztenciális és morális válságba taszítja, és főként a sajátélmény terápiákat és a szupervíziókat tematizálja jelenleg is.

Volt abban valami felemelő érzés is, amikor meg kellett alkotnunk az „új” életünket. A stresszreakció alarm fázisában az „adrenalin” érzéseinkkel is egymásra találtunk a pácienseimmel. Soha nem dolgoztam online, és megkönnyebbülve tapasztaltam, hogy ez nem beszűkíti, hanem sok tekintetben kiszélesíti a terápiás kapcsolatról és hatásmechanizmusáról alkotott nézeteimet. Legnagyobb különbségnek azt találtam, hogy megfosztva éreztem magam a személyes jelenlétemmel képezett hatóerőmtől. Önmagam „rendezésében”, a szetting testre szabásában sokat segített, hogy magamat is láthatom a képernyőn.

A sikerek és az egymásra találás öröme sok segítőt (engem is) a túlvállalás csapdájába kergetett: önkéntesség, további feladatok, újabb kihívások.

A terápiás keret nekem is menedéket jelent, ahová csak a „mintha” által tompítva ér el a külvilág: ez az értékrendek megőrzésének helye. Nyilvánvaló lett, hogy pácienseimmel a hullámok hátán egy csónakban evezünk. Egyre nyíltabban fejezték ki, hogy az eredeti terápiás fókusz helyett/mellett az aktuális élethelyzetükkel kapcsolatos direktív segítséget várnak tőlem. Modell szerepem felértékelődött, mintha én a szorongás ellen náluk jobban fel lennék vértelve. Nehéz kikerülni a terapeuta onnipotenciájának csábítását, ilyenkor a keretek tartása és a szupervízió egyre fontosabb.

A krízis krónikussá vált. Pácienseimmel együtt érzem, de nem tudom, mit is jelent az, hogy ezentúl minden más lesz? Terápiáim egy részét lezárhattuk, de rengeteg új felkérés érkezett, amelyekben sűrítve ott van az elmúlt másfél év hatása: egymáshoz

zárttság vagy szeparáció, és a tanult tehetetlenség klasszikus helyzetei. A gyászhoz sok büntudat és sajátosan agresszió keveredik a szabálytalankodók felé.

Újabb amorf rém bukkan fel: a poszt-covid szindróma. Nem tudom értelmezni, és mostanában sokszor a szakirodalmazás sem segít. A normatív krízisek bennem is fölerősödnek: ha nem tudok lépést tartani, vajon felettem is eljárt az idő?

A hullámok sodrásában beláthatatlanul hosszú távúszásra kell berendezkednünk. Szabad fáradtnak lenni! Szabad nem tudni! Szabad a páciensekkel együtt menni az ismeretlen felé a tapasztalati tanulás útján. Nem a szilárd talaj tart felszínen, hanem az úszni tudás. Hogy tudok-e úszni, azt onnan tudom, hogy kapok még levegőt. De az is lehet, hogy részben vízzé váltam már magam is...

Incze Adrienne: Vegyél mély levegőt!

Vegyél egy mély levegőt!
Köszönöm, már vettem.
Néha kell a tartalék.
Én csak óvatos vagyok.

Fejest ugrani csak mély vízbe tanácsos. De nem csak egy ugrás, fejes vagy szaltó előtt természetes jelenség az ismerentől való félelem, hanem – az elmélyült érzelmi munka folyamata során – a kisebb változásokat megelőzően is. A Covid-19 világjárvány kezdetének időszakában „mély levegőt venni” a virtuális térben volt lehetséges.

A címben szereplő felhívás ebben az időszakban ambivalens érzelmeket kelthet, hiszen a korábbi biztonságérzetünk – úgy tudom, legtöbbünknek – hirtelen, jelentősen változott. Így nyer egyedi értelmet a fenti abszurd, párbeszédként is értelmezhető felütés.

A reflexió további részében az átláthatatlanság élményének felerősödése és ezzel szemben a mégis megtartás-megtartottság dimenziója az, amihez a mondandómat igazítom.

Pszichoanalitikusan orientált pszichoterápiával alapvetően neurotikus és személyiségzavarral küzdő páciensekkel dolgozom. Heti egy vagy heti két alkalommal, face-to-face helyzetben találkozunk. A pandémia előtt csak ritkán, s személyes találkozások során megalapozott terápiás helyzetből váltottam online munkamódra. A „járványhelyzet” kezdetekor a fő cél a terápia fenntartása volt, új keretmegállapodással. Meglepetésként ért, hogy több páciens szinte zökkenőmentesen folytatta online, s a keretváltással és a vírushelyzettel való foglalkozás kevesebb időt, teret, érzelmi energiát igényelt, mint ahogy arra készültem. Másokkal viszont vagy a keretváltás nehézségei, vagy a pandémia kapcsán megjelenő szorongások, érzelmek hangsúlyosabban kerültek előtérbe. Később láthatóbbá váltak a korábban tagadott vagy egyéb okból kívül tartott szorongások, félelmek. A pszichoanalitikusan orientált

gyógyító munka alappilléreinek érzem a stabil ritmust és a folyamatosságot. Ez a legtöbb esetben fenntartható volt továbbra is.

Jó volna leírni, összegezni, hogy a különböző problémakörökhöz kapcsolhatók-e bizonyos típusú dinamikák vagy hárítási módok, időbeni sajátosságok. Volt terápia, ahol a hárítás erősödése a páciens életének más terepén viszont gyümölcsözött, s később visszatekintve lehetett erre rálátni. Máshol éppen az online munkára való átállás megélt nehézségei mentén születtek meg – a korábbi munkára építkezve – újabb megértések a belső működésre vonatkozóan. Vagy egyszerűen tovább dolgoztunk, s bár érezni lehetett és ki is mondódott, hogy valami, ez vagy az nem ugyanaz, mégis folytattuk tovább. Néhány élményt, például a megfosztottság-élményt lehetetlen volt szétválasztani a pandémiától és/vagy a keretváltástól mint okozótól. Ez természetes.

Viszont ami zajlott/zajlik, az közös trauma is – a személyes életet áthatóan, előre beláthatatlan következményekkel. A terápia szempontjából annak alapvető keretei, a létezése, és a folytathatóságának a kérdésköre szorosan kapcsolódik ide. Úgy éltem meg, hogy legszívesebben elbújnék, kivonnám magam az egészségből, de nem lehet. A „beleállás” viszont nemcsak kihívás volt, hanem segített is: számomra is megtartó erővel hatott a munkám, a kapcsolódások, és az abban rejlő kreatív potenciál. Valahol azt olvastam akkoriban, hogy a közös tagadás lehet az egyik út. Nyilván átmenetileg. Valamit, valameddig zárójelbe tenni, ha másként nem megy. Ezzel együtt úgy éreztem helyénvalónak, hogy a magam aktuális viszonyulásait a vírushelyzethez, amennyiben szóba jöttek, mint reális személyét képviseljem. Hiszen hitelesen csak így lehetek jelen, mert mindkettőnkkel történik mindez.

A testi-érzéketi szint átkapcsolása is zajlik az online-ra/-ról váltáskor. Az érzelmi munka során a tudatállapotok bizonyos változásai aktuálisan el is választhatnak az élménytől, míg vannak olyan tudatállapot-módosulások, amelyek közelebb hoznak annak megéléséhez. Utóbbiakat globális élménymódnak nevezem, s ez együtt jár a testi-érzéketi élményminőség jelentőségének növekedésével. Emellett, mivel a terápiás kapcsolat testi minőségei már hordozzák az implicit kapcsolati mintázatokat, különösen fontos kérdés, hogy azokat hogyan „tartalmazza” tovább a terapeuta, a terápiás kapcsolat. A kényszerű keretváltás online terében éppen ez a testi aspektus az, aminek a kölcsönös érzelemszabályozó funkciójára más módon és mindenképpen kisebb mértékben alapozhattunk. Bár a testi emlékezet működött, tudtam és tapasztaltam. Ezzel együtt hitelesebben érvényesülhetett az online munka is. Idővel azt is realizáltam, hogy valamelyest kopni hajlamosak a személyes találkozások alkotta testi emlékek, ezért jobban odafordultam a korábbi tudásaim felé, ami többször kapaszkodót adott. Visszatekintve realiztikusabbnak tűnik eleve is úgy viszonyulni, főleg a feltáró terápiák esetében, hogy az online egy másik-féle terápia, más lehetőségekkel. Így alakítja az átláthatatlan is azt, ami valamiképpen mégis átlátható.

2020 júniusától a helyzet viszonylag konszolidálódott. Ekkortól a páciensek lehetőségeitől függően személyesen és online is folytattam terápiákat. Kezdetben körülbelül 50-50% volt az arány, ami ez év február közepétől fokozatosan a személyes találkozások javára tolódott el. Az online helyzetből való „keret(vissza)váltás” során a

személyes találkozásból adódó többlet is hozott feldolgozandó anyagot. Volt példa nagyobb zökkenővel járó és feltűnően zökkenőmentes váltásra is.

Összességében úgy látom jelenleg, hogy a pszichoanalitikusan orientált feltárási pszichoterápiában az online helyzet egyértelműen egy másik helyzet. Ez a kényszerű váltás miatt az érzékleti-érzelmi személyes tapasztalat egészét figyelembe véve veszteség. Azonban a testi-érzelmi emlékek, a személyes találkozás előrevetített lehetősége és az érzelmi munka, bár szűkebb tartományban, valamiféle megtartó egyensúly lehetőségét hozzák.

Árkovits Amaryl: Transzparencia fogmosással

14,5 hónapja online dolgozom. Sokan sokfelé leírták az online munka előnyét, hátrányát, fényét és árnyát. Ezt én nem ismételném. A terapeutai transzparenciába vetett feltétlen hittel inkább elmesélem, micsoda élményeim voltak a pandémia kényszerű bezártságában – terapeutaként.

14,5 hónapja mezítláb dolgozom. Egészen addig nem gondoltam problémának, amíg meg nem hallottam, hogy a kollégák egy része cipőt húz az online terápiákhoz. Elszégyelltem magam. Én nemhogy cipőre, de zoknira sem gondoltam, igaz, nem is kértem számon a pácienseimtől, hogy ők vajon hótaposóban vagy flipflop papucsban abszolválják-e az üléseket. A deréktól lefelé öltözöttséget sem ellenőriztem. Ha a relációanalízist figyelmen kívül hagyom, biztos állíthatom, hogy a résztvevők lábfejének takarása nem befolyásolja jelentősen a terápia alakulását.

A járvány alapvetően fejlesztette a rugalmasságomat. Tízéves korom óta nem tudok íróasztalnál dolgozni, ebből fakadóan a háztartásom íróasztallal nem rendelkezik. Élőhelyemet az elmúlt hónapokban egy kanapé hosszabbik oldala jelölte ki, változatosságot az jelentett, hogy melyik sarkára ültem. Időnként (bevallom, nem pszichoterápiás, hanem reumatológiai megfontolások alapján) felmerült bennem a konyhaasztal használata, azonban a mögöttem felhalmozódott csetreszek és krumplinyomók olyan többletjelentéssel ruházták volna fel a terápiás munkát – hogy az áttétel-viszontáttétel dinamikáját ne is említsem –, amit nem mertem bevállalni. Úgy tűnik azonban, hogy a háttér a pácienseimet kevésbé idegesítette, a monitoron időnként száradó alsógatyák és félig kész varrómunkák jelentek meg, volt, aki a raktárszobából jelentkezett, és meglehetősen jól ismerem sokak autójának a belső kárpitozását is. Szakmai szempontból továbbgondolásra javaslom a politúrozott szekrények szerepét, amik a hetvenes évek mementójaként, a felületükön tükröződő, egyébként láthatatlan szobabelsők többletinformációival árnyalták a munkát. Ugyanez vonatkozik a szemüvegekre is, amiknek üvegén leplezetlenül megjelent, ha a páciens az online területek közt felületet váltott. Nem tudom, hogyan lehet ezt a terápiás munkába beemelni. (Ezúton hívnám fel a figyelmet a mezőn parkoló autó körül ólálkodó állatokra: vadnyúl, őz és társaik. Tudom, hogy Freudnál is bent volt a szobában a kutyája, de nem tudom, van-e szakirodalom a terápia körül ögyelgő vaddisznókra nézve.)

Családterapeutaként megszoktam, hogy az ember időnként családlátogatásokra vetemedik. (Tartom még magam a régi tanítók formuláihoz.) Ilyenkor autóba ül, felkészül, odamegy. A család előtte takarít, felvásárolja a sarki szupermarket ropikészletét, vár... De arra nem voltam felkészülve, hogy a párkapcsolati terápia alatt egyszer csak az addig láthatatlanul szunyókáló kisdedet egy hirtelen mozdulattal, a monitor premier plánjától nem feszélyezve megsoptatják. Azt a személyt, akiről addig nem is tudtuk, hogy jelen van. Vagyis csak én nem tudtam, a szülőknek valószínűleg feltűnt.

Észrevettem, hogy elnézőbb vagyok. Kevésbé tudok vagy merek az ilyen közzjátékokra reagálni. Elvégre nem fektettük le a szerződésben egyértelműen, hogy a terapeuta láthatja vagy sejtetheti-e a vele szemben ülő kebleinek funkcióját. Nem jutott eszembe.

A smink. Hasonló a cipőhöz. Eltrehányodtam. Én, aki addig a szemetet sem vittem le felfestett persona nélkül, nem sminkeltem hónapokig. Azt gondoltam, az olvasószemüveg és a monitor homálya jótékonyan takarja a bőrhibákat. Aztán egyszer csak hallottam, hogy a pandémia alatt mennyire megnőtt a dekorkozmetikumok iránti kereslet. Azóta, hódolva a nárcizmus szükségleteinek, újra sminkelek a terápiákra. De még mindig mezítláb vagyok. Lábkörmeim kifestve.

Többektől hallottam, hogy kiiktatják a maguk apró képét az online ülések sarkából. Én ezt nem tettem. Először azt gondoltam, hogy bénaság, nem tudom, hogyan kell. De biztos megtanulhattam volna. Mert mégiscsak olyan elkeserítő, ha az ember a maga arcát tokaközpontúan képviseli hétről-hétre. Aztán eszembe jutott, talán nem olyan rossz, ha a terapeuta a maga leplezetlen hibáival vesz részt az ülésen. Senki nem tökéletes – mindenesetre a pandémia az én tökéletlenségeimet nemcsak előhozta, de fel is nagyította.

Aztán itt van a közelség-távolság. Rájöttem, hogy sok páciensemrel olyan közeli felvételtől beszélgetek, hogy ha csücsörítenék, megpuszilhatnám az arcát. Hogyan mondjam, hogy dőljön hátra? És ez a kérdés hány plusz üléssel gazdagítaná a terápiát?

Az ülések közötti időről csak pironkodva beszélek. Főztem, teregettem, nehezen egyensúlyoztam a szakmaiság és a háziasszonyság közti határon. Magam voltam. Látványosan nem buktam el, de ahogy haladt előre a járvány, néha felmerült bennem a kérdés: vajon ha a vetett ágyból jelentkeznék, feltűnne-e valakinek? És vajon kell-e fogat mosni az online terápiákhoz?

A fenti kérdésekre a válaszokat nem tudom. Nem dolgoztam hálóingben, fogamat tisztességgel megsikáltam, de valószínűleg hagytam némi kívánnivalót a terápiákat illetően. Nem mentetem magam azzal, hogy átmenetinek, vészhelyzeti megoldásnak gondoltam ezt az időszakot. De így volt. Van. Lesz? Nem tudom...

Kőváry Zoltán: Lelki élet a Covid alatt és után

A Covid-járvány jelentős változásokat hozott a szakmai életemben. Alapvetően két fronton dolgozom: az ELTE Klinikai Pszichológia és Addiktológia Tanszékének docenseként oktatok, illetve páciensekkel foglalkozom magánpraxisban Budapesten, a Kontakt Pszichológiai Műhelyben. A karantén mind a két területen az online formára való átállást jelentette, ami mind a hallgatók, mind a kliensek, mind az én életemet nagy mértékben megnehezítette. A tavaszi félévet követően úgy döntöttem, hogy 2020 őszén élni fogok „sabbatical” lehetőségével, és húsz év folyamatos felsőoktatási munkát követően hat hónap alkotói szabadságra megyek, hogy megírhassam rég tervezett tankönyvemet az egzisztenciális pszichológiáról. Ezen jelenleg is dolgozom. A 2021-es tavaszi félévben az online oktatás tovább folytatódott; ez volt az első olyan szemeszter az életemben, hogy olyanokat tanítottam, akikkel nem találkoztam személyesen. Az egyetlen igazán pozitív élmény az volt, hogy mivel a hallgatók nem tudtak gyakorlatra menni pszichiátriára, az esetmegbeszélő gyakorlaton művészek patográfiáival foglalkoztunk. A hallgatók remekeltek; ez az egy forma hiányozni fog.

A segítői munka nagyon vegyes tapasztalatokat hozott. Először én is csatlakoztam a pro bono ellátási mozgalomhoz, de bizonyos idő után befejeztem ezt a tevékenységet. Egyrészt sokkal jobban túlterhelt, mint sejtettem az egyébként is emelkedő esetszám mellé a heti plusz 3-4 kliens, másrészt a jelentkezők jelentős százaléka nem a járványhoz/karanténhoz kapcsolódó stressz miatt érkezett, hanem kapva kaptak az „ingyen pszichológus” lehetőségén, és régi megoldatlan konfliktusokkal, személyiségproblémákkal érkeztek. Őket kénytelen voltam tovább irányítani. Néhány pár alkalmas folyamat azonban kifejezetten jól „sült el”, ezekre örömmel emlékszem vissza. Az én eseteim általában nem rövidterápiás folyamatok, ezért ritka volt az, aki ebben az időszakban jelentkezett be új kliensként, inkább a meglévőket kellett áttranszformálni online esetvezetéssé. Alapvetően a páciensekre bízom, hogy képpel együtt, vagy csak hanggal akarnak konzultálni. Egy esetről a csak hang lehetősége a megnyílás és a bevonódás olyan fokozódását eredményezte, ami a személyes alkalmak során nem volt nála tapasztalható, ezért kifejezett nyereségként tudtuk az ő esetében ezt elkönyvelni. Azóta már megint személyesen jár, és mindketten úgy értékeltük azt a szakaszt, mint ami jelentősen hozzájárult a fejlődéséhez.

Azt is megfigyeltem, hogy más hatással volt a járvány/karantén az első szakasz és az őszi-téli időszak során. A járvány megjelenésekor egy erősen szorongó kliens például paradox módon megkönnyebbülésről számolt be. Úgy magyarázta, hogy míg sokan az ismerősei közül erős kontrasztként élték meg a korábbi, gondtalan és az akkor berobbanó gondterhelt időszakot, ami elbizonytalanodást, feszültséget, félelmeket generált, ő egyrészt a veszély „ismerőségének” érzésével, tehát nem drasztikus váltásként élte meg az új helyzetet, másrészt a szabadon lebegő belső szorongás egyből konkrét külső eredetű félelemmé változott körülötte, ami csökkentette szorongását. Annak ellenére, hogy a karantén bezártságot, izolációt, frusztrációt ígért mindenki számára hosszabb távon, volt olyan, aki „megváltásként” élte meg a kötelező bezárkózást. Mivel klienseim közt általában viszonylag sok

művész van, az introverziós dinamizmus nem áll messze tőlük, és ha nem is mondhatjuk ki, hogy a bezárkózás mindig a kreativitás fokozódását eredményezte, maga az élethelyzet nem okozott számukra extrém válságot. Sőt olyan is volt, aki a karantén alatt döbbsent rá, hogy ő eddig egy „pszeudo-extravertált” ember volt, aki igyekezett megfelelni a filmes-színházi szakma kötelező bulizós életvitelének, így a leállást a valódi önmaga felé vezető út kezdeteként értelmezte. Úgy látom, hogy ebben az első szakaszban, 2020 tavaszán és nyarán sokan igyekeztek a „krízis = esély” irányából közeledni a tapasztalatokhoz, és a közösségi médiában is alapvetően ez az ethosz uralkodott.

Az őszi-téli szakaszban sokkal inkább lehetett észlelni a kifáradás, kiégés, elfásulás jeleit. És itt nemcsak a páciensekre gondolok, hanem a szakemberekre is. Egyre többen jelentkeztek pszichológiai segítségnyújtásért, és egy idő után úgy láttam, hogy kollégáim és magam is 140%-os kapacitással dolgozunk, miközben a feltöltődésre egyre kevesebb lehetőség maradt. Életemben először hosszú várólistám alakult ki. A kifáradás jelei mutatkoztak abban is, hogy a kezdeti lendületet követően egyre kevesebb igény mutatkozott az online szakmai események iránt; sok mindenkit egyszerűen nem inspirált tovább ez a lehetőség, noha magam is ebben a formában lehettem jelen egy élő beszélgetésen Irvin D. Yalommal, ami nagyon nagy élmény volt. Mindenesetre mára a kliensek nagy része visszatért a személyes találkozásokhoz, és ősztől az egyetemi képzés is részben visszatér a jelenléti formához. Az elmúlt 1-1,5 esztendő mély nyomot hagyott mindannyiunkban, és nem lehetetlen, hogy az élet soha nem lesz már olyan, mint azelőtt volt. Én mindenesetre bizakodva nézek a jövő felé, például az ökopszichológiai rendezvények offline újraindulását várom, mert ez igazi szívügyem.

Kovács Petra: A frontvonalban dolgozók támogatása

A Mentőszolgálat pszichológusaként az elmúlt egy évet kihívásokkal és alkalmazkodással teli időszakként éltem meg. A járványhelyzet arra kényszerített, hogy munkám jól megszokott, biztonságot adó kereteit átgondoljam, és a megváltozott feltételek szerint alakítsam át. Az első hullám kezdetén egy olyan váratlan és bizonytalan krízishelyzetre kellett szakmai stratégiát kidolgozni, amelyhez kevés kapaszkodót nyújtott a hazai és nemzetközi szakirodalom. A kiszámíthatatlanságot információgyűjtéssel, a társszakmákkal történő kapcsolatfelvétellel kezeltük kollégáimmal. Ebben az időszakban hirtelen kellett átállni a telefonos és online terápiás munkamódra, amelyben eleinte egyáltalán nem éreztem magam otthonosan, a klienseimmel közösen tanultuk az újszerű kapcsolódást. A folyamatban lévő terápiák menete megszakadt, és a krízis, a járványhelyzet okozta szorongás vagy a bezártság jelentette nehézségek kezelése került előtérbe. Számomra szakmai nehézséget jelentett a terápiák lezárása egy ilyen elhúzódó krízishelyzetben: mikor engedhetem el a klienseim kezét egy ennyire bizonytalan és kiszámíthatatlan helyzetben?

Az első hullámot követően alig volt lehetőség a helyreállításra, feldolgozásra, ráadásul a járvány második időszaka új problémákat hozott a terápiás térbe. Az

egészségügyben sokan megbetegedtek, karanténba kerültek, ami sok esetben a családjuktól is elszigetelte őket, a társadalom részéről pedig megjelent az egészségügyi dolgozók stigmatizációja. Több kollégát is elveszítettünk az őszi hónapokban, a folyamatos készenléti állapot miatt azonban a veszteségek feldolgozása nem tudott elkezdődni. Több kliensem is megfogalmazta, hogy nem tud hozzáférni az érzéseihöz, inkább túlélő üzemmódban végzi a fizikailag és lelkileg is egyre megterhelőbb betegellátást.

Mindez tovább fokozódott a harmadik hullámban, amikor ugrásszerűen megnőtt a súlyos állapotú betegek száma. A mentődolgozók úgy érezték, „hazaviszik” betegeiket, nincs kilépés a munkából és a folyamatos készenlétből, mindez pedig a családi életre is negatív hatással volt. A sürgősségi helyzetekben adaptív lélektani páncélt nem lehetett levenni, ez pedig megnehezítette a munkához kapcsolódó érzések megélését, a traumák és veszteségek feldolgozását. Emellett a harmadik hullám során jóval kevesebben éltek az egyéni és csoportos pszichológiai támogatással, az egészségügyi dolgozóknak ugyanis nem maradt kapacitása a saját mentális egészségükkel való foglalkozásra. Pszichológusként fontos szakmai kérdés volt, hogy „háborús helyzetben” mennyire lehet mélyre vinni a klienseket, mennyire biztonságos facilitálni az érzések megosztását vagy épp a veszteségekkel való lélektani munkát, hiszen továbbra is az volt az elsődleges cél, hogy egyben tartsam egészségügyi dolgozó klienseimet. Mi az, amire tényleg szükségük van, és mi az, ami a saját tehetetlenségemről vagy akár túlzott segíteni akarásomról szól?

A mentődolgozó kliensek történeteire révén a járvány megrázó részleteivel, emberi tragédiákkal, szenvedéssel és halállal találkoztam, amelyek a saját, járványhelyzethez kapcsolódó szorongásomat is jelentősen megnövelték. Békeidőben továbbküldhetek egy pácienset, ha épp olyan problémával érkezik, ami az én életemben is aktuális, feldolgozatlan, de a járvány során egy olyan krízisben kellett segítőnek lenni, ami engem is ugyanúgy érintett, mint bárki mást. Jó lehetőség volt ez arra, hogy én magam is komolyan vegyem azokat a tanácsokat, amelyeket másoknak adok, és minden eddiginél több figyelmet szenteljek saját szükségleteimnek. A feltöltődés, regenerálódás előtérbe került, és a korábbinál több igényem volt a szakmai szupervíziókra, esetmegbeszélőkre is. Segítőként nem lélegezhetek fel a harmadik hullámot követően sem, hiszen még hosszú időn keresztül szükség lesz az érzelmi teherbírásomra.

Máriási Dóra: Társadalmi kihívások a terápiás térben

Számomra a COVID a tavaly március közepi lezárásokkal vette kezdetét. A külső keretek hirtelen változtak meg, és ez alól sem én, sem a klienseim nem tudtuk kivonni magunkat. Valamiképpen mindannyian *érintettek* lettünk, miközben sokféle *érintést* lehetetlenített el ez az időszak. Azt hiszem, épp ezért az elmúlt egy év legmeghatározóbb élménye számomra az egyéni tapasztalatok változatosságával együtt is a COVID kollektív hatása és annak leszűrődése a kliensekkel folytatott munka rengeteg szintjére.

Az egész világra kiterjedő példaértékű nyomás következtében kulcskérdéssé vált az emberek szenvedésének professzionális kezelése. Gyakran olvashattuk, hogy a COVID számos mentális tünet megjelenését és felerősödését fogja okozni és okozta is, illetve társadalmi kataklizmákat is prognosztizáltak szélesebb rétegek megélhetési válságba kerülésével. Ennek hatására aggódva figyeltem, hogy mi lesz a klienseimmel, képesek lesznek-e előteremteni a magánellátás költségeit egy olyan helyzetben, amikor valószínűleg fokozott támogatásra szorulnának. Illetve tudom-e ugyanolyan formában és keretek között végezni a munkámat, mint eddig.

A saját, nem feltétlenül általánosítható élményeim szempontjából számít, hogy Magyarország gazdaságilag fejlettebb régióiban, a fővárosban és Győrben dolgozom magánpraxisban tanácsadói szemlélettel, főként EMDR-terápiában. A klienseim 80%-a 20-45 év közötti magasan képzett nő, a maradék 20% hasonló korú és státuszú férfi. Kevesebb mint a felük élt egy háztartásban kiskorú gyerekekkel.

Bár kezdeti várakozásaim ellenére a klienseim többsége stabil egzisztenciális és egészségügyi helyzetben maradt, néhányuk anyagi helyzete egyértelműen nehezebbé vált. Ezért többször szükségessé vált, hogy felülvizsgáljuk a kereteket. Volt, akinek azonnal megszűnt a munkahelye, de többeknél inkább fokozatosan, elhúzódóan jelentkeztek a nehézségek. Elbocsátás miatt csupán egy kliensemmel zártuk le korábban a folyamatot. Egy korábbi kliensem újból megkeresett, nagyjából egy héten belül veszítette el a friss munkáját, szakított vele a barátja és arra kényszerült, hogy jelentős anyagi kárral hazaköltözzön külföldről. Korábban jól működött a kapcsolatunk, ezért belefért, hogy néhány ülésben állapodjunk meg térítésmentesen. Volt, akit az elhúzódó lezárások terheltek meg anyagilag, de indokoltnak tartottam, hogy a munkánk rendszeresen tudjon folytatódni, így vele kedvezményes árban egyeztünk meg.

A klienseim többségével összességében mégis zavartalanul tudtuk folytatni az együttműködést. Az ötödük átmenetileg kérte az ülések felfüggesztését, mivel nem tudták megoldani a virtuális átállást, vagy éppen nem érezték komfortosnak ezt a csatornát. Akik nem tudták megoldani, többségében gyerekesek voltak, akiknek nem nyílt lehetőségük arra, hogy zavartalanul félre tudjanak vonulni a beszélgetéseink idejére. Meglepően nagy mozgást tapasztaltam a tavaszi idényben, sokan jelentkeztek, és sokan kifejezetten rövid, néhány üléses tanácsadást igényeltek csupán. Közben a korlátozások elhúzódásával néhány online terápiától elzárkózó kliensem újból jelentkezett. Általánosságban az volt a tapasztalatom, hogy az online platformmal kapcsolatos kezdeti kölcsönös gyanakvás oldódott, a traumaterápia eredeti tervét tudtuk követni, és nem csupán a rövidtávú, szupportív beavatkozások működtek.

A szociális kontextus egy globális járvány esetén azért is lényeges kérdés számomra, mert alátámasztja azon kutatások eredményét, melyek felhívják a figyelmet a COVID társadalmi egyenlőtlenségeket felerősítő hatására. A klienseim esetében szerencsére több védőfaktor is jelen volt. Azok szenvedése, mentális tünetei bizonyultak súlyosabbnak, akik hátrányos társadalmi helyzetben éltek/kerültek (elvesztették a munkájukat, egyedül vagy kisgyerekekkel éltek otthon, nők voltak, szegények, mentális betegséggel bírtak). Vagyis több pszichés tünet valójában mély és tartós társadalmi problémát takar, mégis a leginkább érintettek férhettek hozzá

nehezebben szakképzett segítséghez. A küszöbönálló vészhelyzetre reagálva elképesztő gyorsasággal indultak el önszerveződő tevékenységek a szakmánkban. Mindezt a nyilvánosság is üdvözölte, mintha ez a segítő hivatásunkból adódó morális kötelességünk lenne a társadalom felé. Saját és sokszor klienseim privilegizált helyzete engem is mozdított az önkéntes lelki segítségnyújtási fórumok felé, melyekkel kapcsolatban ugyanakkor fokozódott bennem az ambivalencia. Felelősségérzetet és egyben nyomást is éreztem, hogy egy rendkívüli helyzetben másokhoz hasonlóan többlet terhet vállaljak. Ugyanakkor a saját lelki kapacitásom is végesnek bizonyult, maga a megváltozott helyzethez való rugalmas alkalmazkodás is sok energiát emésztett fel. Aggasztott, hogy az átmeneti önkéntes segítségnyújtási formák leveszik a terhet az állami fenntartók válláról, eltérül a fókusz az ő morális kötelességükről, akik mulasztást követtek el nem csupán a COVID során, hanem jóval hosszabb ideje, amikor leépítették/hagyták leépülni a pszichológiai szolgáltatást nyújtó, közpénzből finanszírozott intézményrendszereket. Talán az is érdekes lehet, hogy ha ennyire sikeres volt a szakmai szervezkedés mások megsegítéséért, mennyire tudnánk egy jobban működő rendszerért küzdeni, melyben a krízisintervenció nem önkéntes munkára épül, és amely a szakembereket is védi az önkizsákmányolástól.

Ugyanis (ön)védelemre nekünk is szükségünk volt. A terápiás térben az egyik legnagyobb kihívást a közelség és távolság, a határok újrafogalmazása jelentette. Bár korábban is vittem online folyamatot, de egészen más minőséget jelentett, amikor szinte kizárólag így dolgoztam, és egy darabig otthonról még az üres munkahelyemre sem mentem be. Eleinte sokkal több energiát követelt meg tőlem a kapcsolódás, fájt a szemem, és azon kaptam magam, hogy folyton a képernyő felé dőlök, mintha ösztönösen törekedtem volna a testi közelség hiányának kompenzálására. Idővel, ahogy a klienseimmel kölcsönösen alkalmazkodtunk a helyzethez, ez az erőlködés alábbhagyott, és olykor úgy éltem meg az online teret, mint egy jótékony, intim burkot kettőnk körül, vagy mint egy ablakot egy másik ember felé. Emlékszem, hogy a személyes újratalálkozás néhányukkal átmeneti feszélyezettséget keltett, mert túl direktté vált a hús-vér testi jelenlétünk. Másfelől viszont megkönnyebbültem, hogy a megszokott helyen találkozunk, mert nem szívesen engedtem be a saját otthonom terébe a klienseimet. A határookra annál is inkább szükségem lett, mivel megterhelt a pandémia mindent átható jellege, amiből nem lehetett az ülések végén kilépni.

Ahogy nem zárult le a világjárvány sem, én sem találok a zárógondolataimat. Csak várom, várjuk a zárszót.

Martos Tamás – Sallay Viola: „Tárt otthonokba látsz az ablakon” – Gondolatok az online párterápiák kapcsán

A címnek választott idézetet Kosztolányi *Hajnali részegség* című verséből vettük. A versben Kosztolányi így folytatja kicsivel később a merengést az éjjeli látványon: „s ők egy szobába zárva, mint dobozba, / melyet ébren szépítnek álmodozva, / de – mondhatom – ha így reá meredhetsz, / minden lakás olyan, akár a ketrec”.

„minden lakás olyan, akár a ketrec”

A járványhelyzet és főleg az elrendelt karantén és a korlátozások lezárták és ki is nyitották a tereket. Az otthon persze karantén nélkül is be tud zárni. Ezért jönnek el a párok, családok otthonról a terápiás térbe – ki akarnak szabadulni a ketrecből. A terápiában pedig, ha jól dolgozunk együtt a családokkal, lezárt(nak hitt) tereket nyitunk ki együtt. A karanténnal, különösen az első hullám idején, éppen ez tűnt váratlanul elveszithetőnek: a tér, ami megnyit.

„melyet ébren szépítnek álmodozva”

Mi egyébként szeretjük a tereket szakmai nézőpontokból nézni: kutatóként is, családterapeutaként is dolgozunk az otthon tereihez kapcsolódó érzelmi tapasztalatokkal. Az általunk használt Otthon Érzelmi Alaprajza eljárás megidézi az otthon fizikai és kapcsolati tereit a terápiás térben. A rajzokon – és a hozzájuk mesélt történeteken – mint ablakokon keresztül élénk tárt otthonokba látunk. Ilyen módon is megnyílik a ketrec.

„de – mondhatom – ha így reá meredhetsz”

És akkor egyszerre csak, 2020 tavaszán, minden folyamatot átállítottunk online-ra, amit csak lehetett, mindenkivel, aki csak vállalta. Az otthonok kitérása új értelmet kapott, ami ráadásul csak lassan tudatosult, hiszen közben annyi minden zajlott még párhuzamosan. A képernyőn keresztül lakások, otthonok részletei tárultak fel; gondosan, vagy éppenséggel nagyon gondatlanul megkomponált látványokkal fogadtak minket a családok. Nem minden látvány égett be, de voltak, és vannak is az emlékeink között erős otthon-képek, amelyek sok mindent elmondanak a párról, érdekes asszociációkat indítanak el. Néha behozzuk ezeket a folyamatba, de többnyire nem. Az otthon egy intim tér, de önkéntelenül feltár nekünk valamit a lakói sebezhetőségéből. Látni, gondolkodni rajta így is lehet.

„s ők egy szobába zárva, mint dobozba”

Íme néhány elrendezés emléke, ahogy a képernyőn keresztül láttuk.

Fiatal pár keresi a helyét a kanapén, kényelmetlenül közel hajolnak egymáshoz, a kamerához is, hogy beférjenek a képbe. Egy közös fülhallgatót használnak, mindkettőjük fülében egy-egy vége – így „kötődnek” a drót két végén. Nem tudják egymást elengedni. Nem tudják egymást jólesően közel engedni sem.

Másik szoba: szépen elrendezett belső, szimmetrikus fotelek egy nagy franciaágy előtt. A férfi folyton kifelé néz a képből, a háttér is, ők is kicsit elmosódtak. Megcsalás utáni érzelmi bizonytalanság, egyezkedések bizalomról, kontrollról. De nem áll össze a kép, nem látjuk őket, elmosódtak.

Egy művészpár, sok szexuális frusztrációval és kapcsolati feszültségekkel. A nő egy kényelmetlen hokedlin egyensúlyoz, a kép felé eső oldalát kitölti a konyhapult. A férfi kényelmes gurulós fotelben ül; mögötte, látványban a feje felett nagy aktkép a falon. Közel vannak, de nehezen látják meg egymást.

A negyedik szobában a férfi egyre lehangoltabb, szinte kiesik a képkivágásból – a nő egyre jobban felpaprikázódik, közel hajol, kitölti a képmezőt. Üldöző és menekülő a fizikai és kapcsolati térben. A férfi háta mögött méterekkel elhelyezett függőágy

függesztő kötele a látványban egybeér a férfi lehorgasztott fejével. Figyelni kell az öndestruktív tendenciákra!

„Tárt otthonokba látsz az ablakon.”

A karantén bezárt és meg is nyitott csatornákat. Új rálátásokat, belátásokat keresgélhetünk. Jó lenne újra és újra meglátni az utakat: a kiutat a ketreből és az utat befelé, egy közösen megálmodott, biztonságos fizikai és kapcsolati tér felé.



Emlékezés dr. Szakács Ferencre (1933–2021)

Szakács Ferenc professzionális életútjából kiolvasható a hazai klinikai pszichológia története.

Mérei Ferenc tanítványaként, majd alkotótársaként az 1960-as évek közepétől az elméleti és gyakorlati klinikai pszichológia megalapozásán munkálkodott, és tevékeny része volt ezek önálló professzióként való megteremtésében. Harcolt a szakmai működés kodifikációjáért, és vezető szerepet játszott a szakképzés rendszerének kidolgozásában. Tanított, kutatott, és félszáznál több publikációja jelent meg a klinikai pszichológia széles területét felölelve. Ezek közül a tanulmányok közül számos ma tananyag az egyetemi és a posztgraduális szakképzésben.

A szakma alapjait sajátíthattam el Mérei és Szakács tanítványaként, szakmai identitásom a lipóti években alakult, bontakozott. Emlékezésemben olyan szubjektív élményeket villantok most fel, melyek reményeim szerint tükrözik Feri személyiségének néhány vonását, érdeklődésének hangsúlyait, s azt, hogy hogyan is tanított.

A '60-as évek elejétől egy lipóti férfi zártosztályon dolgozott, gyógypedagógus-pszichológus diplomával. Ezekben az években a pszichológusoknak két feladata volt: teszt-felvételek és valamilyen beteg-foglalkoztatás (munkaterápiának hívták). Én gyógytornászként kerültem a Lipótra, közben végeztem az egyetemet. Ekkor ismertem meg Ferit.

Amikor felidézem az akkori zártosztályok hangulatát, akkor a sűrű dohányfüstös folyosókon kóválygó, motyogó vagy épp hallucináló férfiakat vagy a társalgóban magányosan, üres tekintettel üldögélő betegeket látok. Az orvosokkal a napi viziten találkoztak főként. Az ápolók, akik tegezték a betegeket, harsány felszólításokkal utasították, vezényelték, terelték őket különböző vizsgálatokra, gyógyszerekért vagy étkezésre. Nincs kapcsolat, csak parancs! Ebben a légkörben próbált Feri egy olyan miliőt létrehozni, ahol az emberi méltóság érték. Majdnem minden páciens nevét tudta, magázta őket, és próbálta őket bevonni valami olyan tevékenységbe, ami örömet is hozhat ebbe a megdermedt világba. Például kivitte őket focizni a Nagyrétre.

Szakmai érdeklődésének egyik fókuszja a szociabilitás kutatása volt. Ebben a munkába vont be, melynek két részfeladatát kaptam. Az osztályon élő elmebetegek társas viselkedését kellett naponta megfigyelnem, és aktometriai regisztrálással rögzítenem. Ezzel párhuzamosan a kontrollcsoport Rorschach-vizsgálatait végeztem.

(Akkor tanultam a Rorschach-próba felvételét és értékelését.) Körülbelül ötven jegyzőkönyvet vettem fel. Feri minden jegyzőkönyvet átnézett, javított, és közben oktatott. Két nagyon fontos hozadéka volt számomra ennek az időszaknak: megtanulhattam a viselkedés és a kommunikáció megfigyelését, valamint gyakorlatot szerezhettem a Rorschach-próba értékelésében. Nem utolsó sorban pedig rátanulhattam a kemény és kitartó munkára, melyben Feri mintaadó volt – nálam csak ő dolgozott keményebben. Ebből a munkából született Feri doktori disszertációja, valamint a Rorschach-próba szociabilitási indexe. (Ezekben az években Mérei vezetésével folytak a különböző projektív és teljesítmény tesztek hazai standardizálásai, melyekben Feri aktívan részt vállalt.)

A '70-es évek elejétől a pszichiátria világa nagy változáson ment át. Megjelentek azok a pszichotrop szerek, melyek átalakították a diagnosztika és a terápia korábbi módszereit, s a közösségi pszichiátria Maxwell Jones-i eszméje elérte a hazai pszichiátriát. Szükség volt a betegek reszocializációjában az orvos segítő partnerére, a pszichológusra. Elindultak a kiscsoportos beszélgető terápiák. Szakács, aki Hidas csoportjában képződött, Füredi Jánossal vezetett verbális csoportot a betegeknek. Ez a Lipót meglehetősen hierarchikus világában egyfajta „nyitás” volt, az orvos-pszichológus páros vezetés a pszichológust addigi „másod-szereplőből” egyenrangú társsá emelte.

Ezekben az években Mérei „magánegyeteme”, ahol kezdetben csak a lipóti pszichológusok vettek részt teszt-tanfolyamokon, pszichopatológiai előadásokon, referátumokon, az ELTE által jóváhagyott gyakorlóhelyé minősült. Ebben az oktatói munkában Szakács nagy részt vállalt. 1976-tól személyiséglélektant oktatott a debreceni Kossuth Lajos Tudományegyetem Pszichológia Tanszékén, s húsz évig járt Debrecenbe.

Mérei a '70-es évek kezdetétől tanítványaival kezdte kidolgozni Moreno pszichodramájának hazai változatát. Ez a „Műhely Csoport” Mérei nyugdíjazását követően is folytatta munkáját a Tanár Úr lakásán. Ebbe a csoportba Szakács nem lépett be, de néhány, időszakosan tartott maratoni csoportban részt vett. Magunkból építkeztünk, próbálgattuk a technikákat, gyakoroltuk a „csinálást”. Egy Ferivel készült interjúból, melyben azt kérdezte az interjúvoló, hogy mit adott neki a pszichodráma, így válaszolt: „Lényegében akkor és így szűnt meg az én »szörnytudatom«, aminek alapvetően introvertált természetemen kívül a politikai megbélyegzettség, kirekesztettség és társadalmi hendikeppeltség is oka volt. Kiderült, hogy a velem együtt képződő »játsszótársaim« befogadnak maguk közé, részévé válhattam egy színvonalas, tisztességes, melegszívű közösségnek.”¹

Feri biztatására 1978 és 1982 között önismereti pszichodráma csoportokat tartottunk Debrecenben. A koterápiás vezetés, a közös nyelv kialakítása nem jelentett nehézséget, hiszen a megelőző évek, melyek során Feritől elsajátíthattam a szakma alapjait, s a közös „Mérei iskola” érték-preferenciái segítettek a közös munkát. Moreno emberképét, melyben az aktivitás, a spontaneitás és a katarzis a legfőbb érték, Mérei a viselkedés proszociális jellegével egészítette ki. A csoportok utáni éjszakába nyúló megbeszéléseken, ahol az egyéni és a csoportdinamikáról gondolkodtunk, Feri a

¹ *Pszichodráma Újság*. Ünnepi kiadás, szerk. Kökény Vera. 1999, ősz, 55.

pszichodráma hatásmechanizmusáról tűnődve a kognitív diszpozíciókat emelte ki, és javasolta kutatásukat. Ez új perspektíva volt, s az akkor már kiérlelt pszichodráma regisztrálás módszerét gazdagította.

Nekem úgy tűnt, hogy mint Mérei legjobb tanítványának, Ferinek is életszükséglete volt a tanítás. Ha beszélgettünk szakmáról, életről, elakadásokról, családjainkról, kultúráról, akkor is tanított. Kíváncsi volt, kérdezett, gondolati erőfeszítésre serkentett. Utálta a „készen hozott” gondolati sablonokat, fogalmi tisztázásra szorított.

A szakképzésben gyakran vizsgáztattunk együtt. Sokan tartották nagyon szigorúnak. Beszélgetett a vizsgázóval, az érdekelte, hogy a témáról a vizsgázó hogyan gondolkodik, s közben tanított. Amiben valóban szigorú és következetes volt, hogy vallotta, tanította és megkövetelte, hogy bármilyen pszichoterápiás beavatkozást csak alapos pszichopatológiai tudás birtokában lehet végezni.

Szoros szakmai együttműködésünk a csoportozás után megszakadt, de barátságunk haláláig intenzív maradt. Többször esett át súlyos műtéteken, s valahányszor meglátogattam, a kórházi ágyban ülve írt, dolgozatot javított.

Utolsó munkahelye az Általános Vállalkozási Főiskola Alkalmazott Magatartástudományi Tanszéke volt, ahol tanszékvezető tanár, majd rektor volt. Nyugdíjazását követően sem hagyta abba az oktatást, Rorschach tanfolyamokat, pszichopatológiai kurzusokat tartott a lakásán.

Bár tudtam, hogy nagybeteg, mégis reménykedtem, hogy ő, aki igazi túlélő volt, most is felgyógyul.

Nagyon fog hiányozni: nemcsak nekem, hanem a sok-sok tanítványának is, akik ragaszkodtak hozzá.

Ajkay Klára



Megjelent a *Lélekelemzés* 2021. tavaszi száma

A Magyar Pszichoanalitikus Egyesület lapjának legfrissebb, tavaszi számában Wilfred Bion életét, elméleti és terápiás munkásságát járjuk körül több oldalról is. Eredeti tanulmányok, fordítások mellett, a szakma számos képviselőjének Bionhoz fűződő viszonyáról, munkásságára való hatásáról is olvashatnak.

TARTALOM

LACKÓ ZSUZSA, SINKOVICS ANDREA, SZEMÁN DÉNES: Szerkesztői előszó

FÓKUSZBAN

SINKOVICS ANDREA: Bevezető Wilfred Bion: *Feljegyzések az emlékezésről és vágyról* című tanulmányához

WILFRED BION: *Feljegyzések az emlékezésről és vágyról*

THOMAS H. OGDEN: Ráérzés a történések igazságára: Bion *Feljegyzések az emlékezésről és vágyról* című tanulmányáról

NAGYÍTÓ ALATT: AZ ÉLETÚTRÓL, A FILOZÓFIÁRÓL ÉS A CSOPORTOZÁSRÓL

KLÉGER-SIPOS ÁGNES: Wilfred Bion – egy rendhagyó életrajz

KÖHLER ÁGNES: Metszéspontok és révedezések. Az igazság helye – Bion gondolkodásában

TERENYI ZOLTÁN: Bion tanulása

KORTÁRSOK ÉRTELMEZÉSÉBEN

LŐRINCZ ZSUZSA: A „kleini-bioni” modell és az interszubsztitívitás

ELŐSZÓ RAFAEL E. LÓPEZ-CORVO: *Wilfred Bion és a pszichoanalízis* című tanulmányához

RAFAEL E. LÓPEZ-CORVO: Wilfred Bion és a pszichoanalízis

Emlékezés és vágy nélkül? Képzeltbeli kerekasztal a Magyar Pszichoanalitikus Egyesületben: hogyan él bennünk Bion ma?

BARNA MÁRIA ÉS TAKÁCSY MÁRTA: „Nem hiszem, hogy a magyarázatom fontos lenne”. Bion munkássága Rudi Vermote értelmezésében

GÁRDOS KATALIN: Bion Café. A megfigyelés öröme – egy Bion szeminárium margójára

OLVASÁSI SEGÉDLET

SZŐKE KATALIN: Bion magyarul

Szerkesztői Előszó

Wilfred Bion az egyik legtöbbet idézett szerző az analitikus irodalomban. Vonzereje nemcsak írásai tartalmában és magyarázó erejében, de alkotó potenciáljában is rejlik. Bár képződése és alapvető klinikai irányultsága mélyen gyökerezik Melanie Klein klasszikus hagyományában, gondolatainak potenciálisan egyetemes a varázsa. Nem bizonyos pszichés tartalmakat hangsúlyoz (pl.: a megoldandó ödipális konfliktust, a meggyógyítandó hasításokat, a formálódó áttételt stb.), hanem törekszik megnyitni és felkészíteni az analitikus elméjét a beteggel történő mély, egyszeri és megismételhetetlen találkozásra.

Jelen lapszámunkban arra vállalkozunk, hogy csatlakozva a nemzetközi szakirodalomhoz, az egész kötetet Bion munkásságának szentelve, gazdag és árnyalt képét adjuk életművének, és felvillantsuk azt is, ahogyan ez a generatív potenciál számos, hazai és külföldi szerzőt gondolkodásra, továbbgondolásra indított.

A szám fókuszába Bionnak magyarul eddig még nem olvasható, a jól ismert, és szinte aforisztikusan tömör technikai ajánlást tartalmazó írása került, a *Feljegyzések az emlékezésről és vágyról*. A fordító, Sinkovics Andrea rövid bevezetőjében végigkalauzolja az olvasót Bion, a témával kapcsolatos elgondolásainak formálódását tükröző írásai között, elhelyezi a cikket a hasonló tartalmú publikációk sorában, és kontextusba is helyezi azt. Thomas Ogden *Ráérzés a történések igazságára: Bion Feljegyzések az emlékezésről és vágyról* című tanulmánya Bérdi Márk érzékeny fordításában segíti és mélyíti az írás befogadását, feldolgozását. Ogden ugyanis ahelyett, hogy összegezné, hogy más szerzők hogyan értelmezték Bion írását, szoros együtt-olvasásra (az általa „close reading”-nek nevezett módszerrel) hívja az olvasót, és megosztja velünk, hogy mire jutott Ő az írással, hogyan kamatoztatta klinikai munkájában mindazt, amit megértett belőle.

A lap következő blokkját három, a bioni életmű egy-egy aspektusát középpontba állító tanulmány képezi. Kléger-Sipos Ágnes életrajzi esszéjében Gérard Bléandonu, francia pszichoanalitikus Bionról készült, komplex életrajzi műve nyomán összegzi az angol analitikus tragikus fordulatokat sem nélkülöző életútját (*Wilfred Bion – egy rendhagyó életrajz*). Köhler Ágnes filozófus *Metszéspontok és révedezések. Az igazság helye - Bion gondolkodásában* című tanulmányában segítségünkre siet a bioni életműre nagy hatást gyakorló filozófiai fogalmak alapos bemutatásával, részletesen kitérve azokra, melyek az „O” koncepciójában tetten érhetőek. Írása nem ígér könnyű megértést, de az érdeklődőt kárpótolja a filozófia és pszichoanalízis találkozáspontján tett kirándulás újszerűsége, izgalma. Terenyi Zoltán a csoportanalitikus szemével néz

rá Bion korai, csoportokkal kapcsolatos klasszikus írásaira, ahogyan megjegyzi: tanulva és újratanulva, felfedezve annak aktualitásait is (*Bion tanulása*).

A legnagyobb fejezetben Bion kortárs értelmezéseiből válogattunk. Rafael López-Corvo venezuelai származású, Kanadában élő pszichoanalitikus, Bion munkásságának avatott ismerője, elemzője. Számos művet publikált a témában, az ő nevéhez fűződik többek között az érdeklődő olvasó figyelmébe melegen ajánlható, 2003-ban megjelent *W. R. Bion munkásságának Szótára* (The Dictionary of the work of W. R. Bion). A fordító, Lőrincz Zsuzsa előszavában – *A „kleini-bioni” modell és az interszubsztitívitás. Előszó Rafael E. López-Corvo: Wilfred Bion és a pszichoanalízis című tanulmányához* – röviden ismerteti a kleini-bioni modell és az interszubsztitívitás kapcsolatát. A terjedelmes tanulmányban López-Corvo összegzi Bion alapvető elméleti munkásságát, de saját Bion értelmezésébe is betekintést nyújt. A tanulmány különleges értéke, hogy a szerző saját esetrészletekkel is illusztrálja az ismertett jelenségeket. Nem lenne teljes a kötet, ha nem eredtünk volna nyomába annak, hogy milyen Bion munkásságának hazai recepciója, helye, ismertsége. Egy képzeletbeli kerekasztalban Garami Vera, Halász Anna, Pető Katalin, Schmelowszky Ágoston, Szajcz Ágnes és Zana Katalin válaszolnak kérdéseinkre és vallanak arról, hogy hogyan hasznosítják Bion fogalmait, elméletét, hat-e mindez magánelméletükre, terápiás attitűdjükre. A kerekasztal válaszaiból, kapcsolódva a fókusz tanulmányhoz, megtudhatjuk, hogy hogyan értelmezik az emlékezés és vágy nélkülség imperatívuszát a szakmai életútjuk különböző stációjánál tartó kollégák.

A fejezetet két különleges hangvételű írás zárja: egy rendhagyó recenzió és egy videó felvételtől készült beszámoló. Az előbbiben Barna Mária és Takácsy Márta Rudi Vermote – számos, Bion munkáját feldolgozó előadás és tanulmány belga szerzője – friss, 2019-es, *Reading Bion* címmel, a Routledge kiadónál megjelent, átfogó művét mutatják be. A részletgazdag recenzióban a szerzők kísérletet tesznek arra, hogy a könyv ismertetésén és sokféle olvasási lehetőségének vizsgálatán túl szemléletükben is átadják Bion (Vermote által is továbbvitt) örökségét: a pusztán elméleti megértésen túl az inspiráló nemtudás és folyamatos kételkedés, kérdés igényét is felébrednek az olvasóban. Igazi csemege Gárdos Katalin videó ismertetője – *Bion Café. A megfigyelés öröme – egy Bion szeminárium margójára* –, mely címében nem véletlenül utal játékosan a népszerű Freud Café rendezvénysorozatra. Az írás ugyanis Bion 1978-ban, a londoni Tavistock Klinikán tartott előadásának videofelvételét eleveníti meg. A szubsztitív beszámoló Bion gondolkodásán túl a személyiségével való találkozás élményét is felkínálja nekünk. Végül Szőke Katalin ajánl segítséget mindazoknak, akik további, magyar nyelven is elérhető irodalmakat keresnének Bion életművével kapcsolatban: alapos összefoglalójában kigyűjti és röviden bemutatja mindazt, ami ma elérhető a témában magyarul.

A kötet összeállítása, szerkesztése kétségkívül óriási kaland volt: igazi képzés-továbbképzés nem csak a bioni gondolatok, saját, pszichoanalitikus magánelméletünk, ideáljaink terén, de inspiráló, és néha elbizonytalanító hatása határozottan érezhető volt a napi terápiás gyakorlatban is. Talán nem megbocsáthatatlan elbizakodottság azt feltételezni, hogy ez valószínűleg megelégedésére szolgált volna magának Bionnak is.

A *Lélekelemzés* folyóirat idén ünnepli fennállásának 15 éves évfordulóját. Különleges tartalmakkal készülünk, melyben szeretnénk arra buzdítani olvasóinkat, hogy olvassák újra, gondolják újra a lapunkban fellelhető gondolatokat, eszme-futtatásokat. Hiszünk benne, hogy a *Lélekelemzés* megszületése óta hűen tükrözi a hazai pszichoanalitikus szcéna útját, eredményeit. Erre motivációt is szeretnénk adni pályázati felhívásunkban, melyet a lapszám végén talál a vállalkozó szellemű érdeklődő.

Mi mást is kívánhatnának a szerkesztők a kötethez, mint kíváncsiságot, szellemi kalandvágyat, és a gondolkodásnak-együtt gondolkodásnak azt az örömet-fájdalmát, melyet a szerkesztők a kötetrel való foglalatalkodás során maguk is megtapasztaltak. Hasonló jókívánságokkal köszöni meg a bizalmat és a közös szellemei kalandot az ezzel a számmal posztjáról leköszönő főszerkesztő is.

Előfizetés

A 2021. évi **papír alapú** változat (tavaszi és őszi szám) előfizetési díja **MPE tagoknak és jelölteknek** kedvezményesen **4600 Ft** (az online előfizetés a tagsági díjba beépítésre került.)

A 2021. évi **kombinált** előfizetés: **papír** alapú + **online** változat előfizetési díja: **6900 Ft/év** mely összegért a folyóirat tavaszi és őszi számának kötetei, illetve a *Lélekelemzés* minden feltöltött száma egy éven át korlátlan hozzáféréssel olvasható a <https://psychoanalysis.hu/lelekelemzes> címen.

A folyóirat **online** előfizetési díja: **4200 Ft/év**, mely összegért a folyóirat minden feltöltött száma egy éven át korlátlan hozzáféréssel olvasható a <https://psychoanalysis.hu/lelekelemzes> címen.

Egyedi lapszámok **3500 Ft**/kötet áron vásárolhatók meg.

A fenti összegek a postaköltséget is tartalmazzák.

MEGRENDELÉS:

Magyar Pszichoanalitikus Egyesület honlapján keresztül:

https://psychoanalysis.hu/lelekelemzes_megrendeles

E-mailen: info@psychoanalysis.hu – megjelölve az előfizető nevét, postai és számlázási címét, valamint a példányszámot.

Megrendelését az előfizetési díj átutalása után tudjuk véglegesíteni.

A Magyar Pszichoanalitikus Egyesület számlaszáma: **11100104-19009856-38000007**

A közleményben kérjük feltüntetni az előfizető nevét és azt, hogy „*Lélekelemzés_2021*”



English Summaries

Grief and Psychoanalysis

ESSAYS

KEN ROBINSON: “Too little and too lately known”: the experience of mourning

This paper explores a commonly experienced feeling when a loved one dies: something remains undone or unsaid to the lost one. It discusses the development of Freud's thinking on mourning and inconsolability, taking into account Abraham, in relation to clinical examples of differing responses to death. Using Laplanche on mourning and Winnicott on the incommunicado self it goes on to shed further light on the experience of mourning being an ongoing process that is never completed. It suggests that the other is ultimately unknowable and that this is one important aspect of inconsolability.

Keywords: mourning, object loss, inconsolability, Freud, Abraham, Laplanche, Winnicott

EMÓKE SARUNGI: Disrupted and joined together: the effect of grief on our relationships

In the last decades the inner psychological process was putting in the focus of grief theories, while earlier, grief was a common social phenomenon circled by rituals. From detachment of bonding with the lost one the emphasis was transferred to the continuing, transforming relationship with the inner object. The critics of early grief theories led to new ones, emphasising the relationships of the grievers. Experiences and changes during the bereavement put a focus to the fragility of our relationships, and the article overviews this potential danger of the way of grieving on our relationships.

Keywords: grief theories, attachment and grief, new approaches of grief theories, fragility of relationships in the process of mourning

ERZSÉBET SZÉL: Mentalization in grief work

The mentalizations theory is the integration of psychoanalysis and attachment theory. Mentalized affectivity refers to the reflection of emotion. The aim of this paper is to highlight the characteristics of mentalized affectivity in the process of grief work. The mourner's world of experience can be characterized by extreme emotions and reduced thinking which indicate the dominance of non-mentalizing modes (psychic equivalence, pretence mode, teleological mode). Low level of mentalization hinders individuals from successfully running social relationships. The elimination of the mental state characterized by the exclusivity of internal reference points can be achieved by restoring epistemic trust and regaining mentalization.

Keywords: mentalization, attachment, mentalized affectivity, grief

ANTAL BÓKAY: Grief and melancholy – structures and narratives of the self

From time immemorial, certain experiences, affective states have been enigmatic, disturbingly unforgettable markers, constant concerns, things of care. Love, dreaming, the forces of the unconscious, our anxieties, the evolution and disappearance of desire, our paranoid experiences, our inexplicable hysterical bodily perceptions are all such. And so is grief and its barely separable more comprehensive state, melancholy. Freud wrote a study of these two affective, fate-shaping experiences in 1917. Thinking in terms of its traces, it seems essential that mourning and melancholy are not only strange, sometimes pathological experiences, but also indicate and define the structure of the self, and show the hidden face of the inevitably contradictory formation of the self, the always somewhere problematic construction of the narrative of the person. The common feature of grief and melancholy is that they both present the feeling connected with a loss of an object internalized by introjection processes, a lack formed in the narcissistic coherence of the person. Mourning, however, is the reliving of a real loss, one that the work of mourning can replace over time with other objects. In melancholia, it is not an object that is lost, but the lack is felt as an unsayable, ineffable component of the self.

Keywords: grief, melancholy, Freud, object loss, structure of the self

PETRA KOVÁCS: (In)vulnerability in the frontline

In the current protracted pandemic crisis situation, the vulnerability of helpers and the losses they face by working in the frontline become a considerable topic in psychology. In this paper, I map the special psychological function, the helpers' armour in a symbolic sense, which is adaptive and essential for coping in extreme stress circumstances, but at the same time, makes the caregivers more vulnerable when leaving an emergency situation. By a secondary analysis of interviews conducted with the ambulance personnel, I would like to demonstrate not only the emotionally overwhelming situations and traumas they experienced, but also their potential psychological consequences such as prolonged grief, secondary traumatization and

posttraumatic stress disorder. In addition to individual processing strategies, different psychological interventions in terms of supporting the process of traumas and losses are also presented.

Keywords: helper's armour, vulnerability, grief, trauma processing, emergency health care

ESZTER TÓRIZS: “Ballooning spiders netting me into staminate web”. The melancholy of incorporation. About the farewell poems of Márta Vágó

This paper examines and explores Márta Vágó's two poems with the help of the psychoanalytic mourning and melancholy theories, in which she says farewell to Attila József, and which are the written therapeutic tools for her to battle with mourning and melancholy. Vágó herself emphasizes to her therapist during her session how strongly her poems associate to Attila József's poetry. The exploration of these fields of associations and references can reveal why the poem writing, and the letter writing could be the remedy of the mourning and the growing melancholy. To rhyme to the familiar poetry, to the lines of the beloved Attila József's can simultaneously allow the conversation with the lost one, ensure the channel for the remorse, and create the possibility to unloose the libido from the beloved object.

Keywords: Márta Vágó, Attila József, mourning, work of mourning, melancholy

DÁNIEL NAGY: Music as a substitute for the narrative of grief and trauma in Toni Morrison's *Jazz*

The musical genre in the title of Toni Morrison's 1992 novel, *Jazz* does not merely serve as an imaginary soundscape behind the story taking place in 1920s New York. Rather it is conspicuously attached to one of the novel's major themes, the trauma and grief caused by racial and gender-based violence and their linguistic representation. One of the most important elements of the work's rhetorical strategy is drawing a parallel between the problems of the literary description (*ekphrasis*) of music, and the verbal expression of grief and trauma. The goal of the paper is to understand how the juxtaposition of these two problems operates as a complex metaphor, underlying the interpretation of the text as a meaningful whole, and raising the question of what we can learn from the examination of such literary strategies in regard to the medial aspect of the verbalization and narrativization of grief and trauma.

Keywords: trauma, narrativization, mediality, metaphor, iconicity

SURVEY

Psychotherapists on grief

The Covid-19 pandemic has emerged as an unexpected global stress and has brought about special, previously unknown challenges in a variety of life situations. These challenges include the impact on psychotherapeutic processes, therapeutic spaces,

clients, and therapists. The editorial staff of *Imágó Budapest* wanted to get an idea of the new experiences in therapeutic situations, the changes of emotions, professional dilemmas, therapeutic techniques and relationships. We have received ten responses from psychotherapists and psychologists to our call for professional/subjective reflections. The section was edited by edited by Márta Csabai

OBITUARY

Klára Ajkay's obituary on Ferenc Szakács (1933–2021) recalls the manifold activities of the influential psychologist who took a significant part in the establishment of clinical psychology in Hungary.

* * *



E számunk szerzői

Ajkay Klára, klinikai szakpszichológus, pszichoanalitikus, pszichodráma pszichoterapeuta. E-mail: ajkayklara@gmail.com

Bókay Antal, egyetemi tanár, Pécsi Tudományegyetem, Modern Irodalomtörténeti és Irodalomelméleti Tanszék és Elméleti Pszichoanalízis Doktori Program. E-mail: antal.bokay@gmail.com

Csabai Márta, egyetemi tanár, tanszékvezető, SZTE Pszichológiai Intézet, Személyiség-, Klinikai és Egészségpszichológiai Tanszék. E-mail: marta.csabai@psy.u-szeged.hu

Kovács Petra, pszichológus, Országos Mentőszolgálat; doktori hallgató, Pécsi Tudományegyetem Pszichológia Doktori Iskola Elméleti Pszichoanalízis Program. E-mail: petrakovacs.psy@gmail.com

Nagy Dániel, irodalomtörténész-szemiotikus, óraadó, ELTE BTK Szemiotika MA Oktatási Program. E-mail: nagydaniel.pecs87@gmail.com

Papp-Zipernovszky Orsolya, alkalmazott egészségpszichológiai szakpszichológus, egyetemi adjunktus, SZTE Pszichológiai Intézet, Személyiség-, Klinikai és Egészségpszichológia tanszék. E-mail: papp.orsolya@psy.u-szeged.hu

Robinson, Ken, angol pszichoanalitikus, kiképző gyermek- és felnőtt terapeuta. E-mail: ken25rob@gmail.com

Sarungi Emőke, felnőtt- és gyermekpszichiáter, csoportanalitikus kiképző pszichoterapeuta, Triomed, SZTE Pszichológiai Intézet. E-mail: esarungi@gmail.com

Szél Erzsébet, klinikai szakpszichológus, pszichoterapeuta, Szegedi Tudományegyetem BTK Pszichológiai Intézet, Debreceni Egyetem BTK Humán Tudományok Doktori Iskola. E-mail: szel.erszebet@psy.u-szeged.hu

Tórizs Eszter, PhD-hallgató, Pécsi Tudományegyetem, Irodalomtudományi Doktori Iskola. E-mail: torizs.eszter@gmail.com