

DR. VIRÁG TERÉZ

KOLLEKTÍV TRAUMA – egyéni öngyógyítás

I. A neurózis mögött meghúzódó társadalmi traumatizáció

A holocaust és más társadalmi üldözések túlélőinél és leszármazottaiknál kialakuló neurotikus körképek azonos, jól körülhatárolható traumás körülmények között jönnek létre. Ennek következtében – szemben az egyénileg átélt pszichotraumákkal, melyek időben, térben, eseményekben igen változatos képet mutatnak – a kollektív traumák jól követhetők és felismerhetők a beteg tünetrendszerében.

A pszichoanalitikus gondolkodási rendszerben a pszichotrauma mögött meghúzódó „valóság vagy fantázia” kérdése a társadalmi traumatizáció esetében egyértelműen eldönthető. A kollektív társadalmi traumák – holocaust, háborúk, kitelepítések – a realitás és nem a fantázia termékei. Igaz, hogy a terápia során jól követhető egyéni különbségeket találunk a traumatizáció súlyosságát illetően, melyek abból adódnak, hogy az egyén milyen életút után, milyen speciális élethelyzetben került bele a traumatizáló folyamatba: milyen életkorban, milyen jellegű anya-gyermek kapcsolat után, mennyi ideig tartott a társadalmi diszkrimináció, egyedül vagy szülőkkel kellett átélni, az „ellenesség” vagy a „barát” oldaláról stb.

Az egyéni és a társadalmi traumatizáció különbségét egy példával kívánom alátámasztani. A gyermekkor gyakori műtéti beavatkozása a tonsillectomia, a mandulák eltávolítása. A gyermeki fantázia mégis képes elrugaszkodni a valóságtól, és a beavatkozást a fiúk egy része kasztrációként éli át. E példában a neurotikus gyermek esetében a terápiás célkitűzések jól körülhatárolhatók. A realitás elemeit tartalmazó, túlzottan kiterjesztett analógiás gondolkodást visszavezetjük a realitás szintjére. Megkíséreljük feltárni, vajon milyen konkrét élmények húzódnak meg a műtét miatt felfokozott kasztrációs szorongás mögött. Elképzelhető egy krónikus fimózis otthoni „kezelése”, vagy túlzottan szigorú onánitiltás, mely nyíltan vagy burkoltan fenyeget a kasztrációval.

A kollektív traumák esetében a fantázia és a realitás nem szakad el ilyen módon egymástól. A neurotikus tünetek mögött minden esetben valóságos, illetve a szülők, nagyszülők által közvetített, de általuk valóban átélt, szélsőséges traumatizáció található.

A tünetképzésbe belejátszó tudattalan fantáziákat nem az analógiás gondolkodás kiterjesztése okozza, hanem a szélsőségesen elembertelenedett körülmények támasztották fel a tudattalanba szorított fantáziákat.

II. A traumafeldolgozási lehetőségek neurotikus tünetképzés nélkül

Ismeretes, hogy Freud a szublimáción azt az emberi

tevékenységet értette, melynek bár nincs nyilvánvaló kapcsolata a szexualitással, de a tevékenységet a szexualitás ösztönereje motiválja. Freud szerint a szublimáció iránya elsősorban a művészi alkotás és az intellektuális érdeklődés. E két területen a szexuális ösztönt annyiban tekintjük szublimáltként, amennyiben a cselekvés nem szexuális cél felé irányul, és tárgyai társadalmi értéket hordoznak.

Az elaboráció az a fajta pszichés munka, mely lehetővé teszi a személynek, hogy tevékenységében elfogadjon bizonyos elfojtott, tudattalan elemeket, ezáltal szabadítja fel magát az ismétlési kényszer szorítása alól.

A kollektív traumák átélőinél az öngyógyító törekvéseknek, a traumafeldolgozásnak egy sajátos módját figyeltem meg, melyet – megfigyelésem szerint – nem a szexualitás ösztönereje motivál, és nem elfojtott, tudattalan elemekből építkezik. Ez egy sajátos, intellektuális túlélési manóver, melyet a passzív halálfélelem helyébe lépő, az egyéni életen túlmutató aktivitás mozgat. A trauma feldolgozására meginduló öngyógyító erők a „neutralizált traumát” szinte beleszövik a személy intellektuális érdeklődésébe, egész életvezetésébe.

Tanulmányomban nem terápiás munkámról, hanem neurotikus betegek gyógyításáról fogok beszámolni, hanem megkísérlem Bettelheim, Frankl, Mérei, Polcz Elaine pszichológiai, Tóth Imre matematikai rendszerében követni és kimutatni az általuk átélt társadalmi traumák hatását. Az említett személyek élettörténete és tudományos rendszere elválaszthatatlan az átélt kollektív traumáktól. Megfigyelésem szerint tevékenységük kialakításában jórészt tudatosan élik át az összefüggést az átélt traumás történések és intellektuális teljesítményük, gondolkodási rendszerük között.

III. Szélsőséges helyzet túlélése szellemi erőfeszítéssel

Bruno Bettelheim (1903–1990) Bécsben született. Orvos, pszichoanalitikus, speciális érdeklődési területe a gyermekkori skizofrénia, az autizmus volt. 1938-tól 1939-ig Dachaubába, majd Buchenwaldba deportálták. Másfél napig tartó utazás után érkezett meg a lezárt vagon Dachaubába. Az utazás alatt súlyosan megsebesült, egy SS beverte a fejét, nagy vérvesztéssel szenvedett, a szemüvegét is összetörték, alig látott. Amint megérkezett a koncentrációs táborba, azon kezdett gondolkodni, hogy az ember kibírhat-e ennyi szenvedést anélkül, hogy megőrülne vagy öngyilkos lenne. Politikai érdeklődése folytán – írja – jobban fel volt készülve a szélsőséges sokkhatásra, pszichoanalitikus képzettsége felkészítette az emberi agresszió sötét oldalaira és a tudat kontrolljának visszaállíthatóságára. „Amikor nem voltam túl kimerült, megpróbáltam megérteni, mi játszódik le bennem és másokban; egyrészt, mert érdekelt, másrészt,

mert ez egyike volt ama ritka elégtételeknek, amelytől az SS-ek nem tudtak megfosztani.” Szabadulását egy amerikai gyermekpáciense apjának köszönhetette. Kiváltják a táborból, és Amerikába kerül. 1940-ben, egy évvel szabadulása után kezdi megírni lágerélményeit *Egyéni és tömegviselkedés szélsőséges helyzetben* címmel. „Szociológiailag roppant érdekes anyagról van szó. Olyan megfigyelésekről, amelyeket a szerző tudomása szerint tudományos formában ritkán tettek közzé” – írta. Egyetemi képzettsége, pszichológiai érdeklődése segítette a vizsgálat vezetésében. Megfigyelései eredetileg nem kutatási szándékból fakadtak. Ezt a módszert ad hoc fejlesztette ki magában, hogy intellektuális érdeklődését jobban megőrizze a maga számára, és jobban elviselje a tábori életet.

Mivel a szabad életben autista gyerekek terápiájával foglalkozott, jól ismerte az abnormális viselkedés patológiás képét. Önmegfigyelése során rájött, hogy a láger körülményei között ő maga is másképpen viselkedik, mint ahogyan szokott. Feltette magának a kérdést: „Mit kell tennem, hogy ne örüljek meg?” A válasz: azt tette, amit korábban szokott. Szabadidejében „érdekes kérdésekkel” foglalkozott, rabtársaival határozott szándékkal beszélgetett, így egy időre elfelejtette, hogy táborban van. Önbecsülése a tábor embertelen körülményei között is fokozódott, mert a Gestapo ellenére is képes volt értelmes munkát végezni. Jegyzeteket nem tudott készíteni megfigyeléseiről, hiszen nem volt papírja. Egyetlen lehetősége maradt a gyűjtött anyag tárolására: a *saját emlékezete*. Napi 12–18 órai nehéz fizikai munka, súlyos alultápláltság, hideg ellenére is fenntartotta tudományos érdeklődését. 1500 fogolytársával tudott személyes kapcsolatot kialakítani. Megfigyelései arra irányultak, hogy a szélsőséges helyzetekre a személy milyen reakciómódokkal válaszol. Megfigyelte a foglyok különböző személyiségéből fakadó szimptomatológiai különbségeket, melyek a foglyok élettörténetéből, gazdasági körülményeiből származtak, de a tünetek az egyéni különbségek ellenére is jellemzően skizofrén típusú reakciók voltak. Ez az állapot a szélsőséges helyzet kényszerének következménye volt.

Megfigyelései alapján Bettelheim számára világossá vált: az autista gyerek és a táborok foglya hasonló tüneteket mutat. A különbség abból adódik, hogy az autista gyermek még nem alakította ki személyiségét, a deportált esetében a felépült személyiség „dezintegrálódik”. Saját dezintegrációja során élte át, hogy egy skizofrén gyermek pontosan úgy érez önmagával és az életével kapcsolatban, mint a deportált fogoly. Eközben alakult ki Bettelheim saját terápiás hitvallása: ahogy képes volt önmaga dezintegrált személyisége reintegrációjára, úgy kell segítenie az autista gyermekeket abban, hogy integrálják személyiségüket. Ehhez a gyermeknek „jóindulatú” környezetre van szüksége. Akkor kezdi el lágerélményeit papírra vetni, amikor Amerikában ő maga „jóindulatú” környezetbe kerül. Megkezdte egy speciális intézet megszervezését autista gyermekek számára. Kidolgozza híres terápiás módszerét, mely képessé teszi a gyermeket arra, hogy előmozdítsa saját autonóm személyiségfejlődését. A lágerben átélt saját élményeiből levont elméleti következtetéseit vezetik Bettelheimet ahhoz, hogy a terápia során a gyermektől is aktivitást „követeljen”. A gyermeknek is aktívan kell munkálkodnia azon, hogy túljusson megbetegítő élményein. „A psi-

choterápia során – írja – elég könnyű emlékezni az átélt eseményekre és a személyes reakciókra is.” „Arra sokkal nehezebb emlékezni – vallja –, hogy mindez miért történt meg a gyerekkel. Még nehezebb annak megértése, hogy ha sajátos módon is, de az illető személy hogyan járult hozzá ahhoz, hogy áldozattá váljék, és ha erre a fájdalmas emlékre rájön, képes legyen azt is rekonstruálni, hogy miért tett saját érdekei ellen.”

Amikor Bettelheim annak indítékait vizsgálta, hogy számára miért lett oly fontos a dezintegrált személyek gyógyítása, az okot saját táborbeli élményeinek feldolgozási kényszerében fedezi fel. Így jut el ahhoz a gondolat-hoz, hogy a terapeuta csak akkor képes betegét hozzásegíteni személyisége jobb integrálásához, ha egyidejűleg saját személyisége integrációján is munkálkodik.

Azt, amikor az egyén megtalálja átélt traumája feldolgozásának közvetlen kapcsolatát életkörülményeivel, egyfajta „kompenzáló élménynek” nevezte. Saját kompenzáló élményét Bettelheim abban találta meg, hogy a koncentrációs tábor előtt is autista gyermekekkel foglalkozott, de csak amikor átélte személyisége dezintegrációját, akkor tudatosodott benne a párhuzam a pszichotikus gyermekek szenvedéseivel. Bettelheim továbbviszi az analógiát a megbetegítő szülő és a megbetegítő társadalmi körülmények között. Összeállítja az SS-ek személyiségdezintegráló eszköztárát, mely kísértetiesen hasonlít egy kegyetlen apa viselkedéséhez. Már a láger felé való utazás is felidézti a tehetetlen gyermek kiszolgáltatott helyzetét. A táborban megismétlődik egy kegyetlen tisztára-szoktatás. Az értelmetlen munkavégzés, a szexuális vágyak kielégíthetetlensége, a férfiasság és a női termékenység elvesztésének félelme, a halál állandó és fenyegető jelenléte mind-mind felébresztik a tehetetlen gyermeki kiszolgáltatottság félelmét. A regressziót a feltétlen gyermeki függéshez jobban átéljük, ha Bettelheim megállapítását egybevetjük Freud 1896-ban megfogalmazott gondolataival: „A felnőtt komplett autoritása a büntetéshez való joga, melyet érvényesíteni tud a gyermekkel szemben. A gyermek átéli teljes kiszolgáltatottságát, dühöt, undort és elhagyatottságot él át.”

Bettelheim egyszerre figyel a gyermeket a végső határra juttató felnőttre és a gyermeket és szülőt egyaránt a „végső határra” hurcoló társadalmi körülményekre. Mindkét támadás ellen fel kíván készíteni. Hangsúlyozza, hogy a legdiktatórikusabb hatalom ellen is védekezni tud az egyének közössége, ha az érett, magabiztos, független személyek demokratikus ellenállási csoportot szerveznek. Ahol ilyen csoportok nem jöttek létre, ott nehéz volt elkerülni a személyiség dezintegrációját.

Victor Frankl (született 1905-ben) a bécsi egyetem pszichiátriai tanszékének professzora három évet töltött Auschwitzban és más lágerekben. Szakmai elmélyüléséhez, filozófiai rendszeréhez nagymértékben hozzájárultak lágerélményei.

Terápiás módszere, a paradox intenció, azon a megfigyelésen alapul, hogy a neurotikus tünet ellenszegül az akaratnak. Ha a tünettől való szabadulás vágya a tünetet felerősíti – mondja Frankl –, akkor a tünet elfogadása, a harc beszüntetése a tünet ellen: megszünteti a tünetet. Betegének Frankl azt az ajánlatot teszi, hogy „akarja”, azaz „fogadja el” a tünetét. Azt „akarja”, amitől eddig oly sokat szenvedett, amitől eddig a legjobban félt. A pa-

radox intenció hatására a tünet megszűnik, kialszik. Frankl példával illusztrálja terápiás módszerét: „Egy fiatal orvos konzultált velem az izzadással kapcsolatos félelméről. Amikor azt gondolta, hogy valamiért kiveri a verejték, ez a megelőlegező szorongás elég volt ahhoz, hogy nagymértékű izzadást idézzon elő nála. A körforgás megszakítása érdekében azt tanácsoltam a páciensnek, hogy amennyiben verejtékezni kezd, szándékosan határozza el, hogy megmutatja az embereknek, milyen bőségesen tud izzadni. Egy héttel később visszatérve, arról számolt be, hogy valahányszor olyannal találkozott, aki korábban szorongást váltott ki belőle, azt mondta magában: »Eddig csak egy liternyi izzadtam ki, de most legalább tíz litert fogok.«” Az eredmény az volt, hogy – miután már négy éve szenvedett a fóbiájától – egyetlen ülés után, egy héten belül képes volt tartósan megszabadulni tőle.

Az izzadás önmagában nem szégyen. Szégyenné a környezet reakciója teszi. Ha a beteg képes magáévá tenni azt az új felismerést, hogy izzadt teste is önmaga, ha képes arra, hogy ne terjessze ki az izzadás miatti szorongását egész személyiségére, ha nem szégyelli magát tünete miatt – tünete megszűnik. Frankl terápiás rendszerében is világosan felismerhető a náci rendszer szélsőséges diszkriminációja elleni küzdelem, a belső harc az agresszorról való azonosítás tudatos elkerülésére. A náci táborok embertelen körülményei között fogalmazódik meg benne az ember képessége, mellyel képes kiemelkedni a megalázás kínjai alól: az önelkülönülés és az individualizáció.

Frankl orvosként arra ösztönzi betegeit, hogy képesek legyenek feloldani szorongásukat, hiszen éppen a szorongás az, ami a tünetet fenntartja. Terápiájában a logoszra, az értelemre hat. Betegeit aktivitásra ösztönzi, hogy bevonhassa saját gyógyulásukba. Segíti betegeiben felerősödni az öntranszcendencia és az önmagától való distanciólódás, a felülemelkedés, a humor képességét. A három évig tartó szenvedés után talán paradoxnak tűnik, hogy Frankl az emberi élet három fő tartományának a tevékenységet, a *szerepet* és a *szenvedést* tartja. Gyakran idézi Nietzschét: „Akinek van miért élnie, az szinte *minden hogyant* elvisel.” Frankl terápiás módszere, filozófiai rendszere mögött is légerélményei, tapasztalatai húzódnak meg. A láger embertelen, megalázó körülményei között – Bettelheimhez hasonlóan – kidolgozza túlélési manőverét. Számára az önelkülönülés és az öntranszcendencia képessége adta meg az erőt, hogy ne csak felülemelkedjék a megalázottságon, de aktívan felhasználja mindazt, amit a tábor körülményei között átélt. A paradox intenció megszabadít a szorongástól és a megszégyenítéstől. Ahogy megszűnik a szégyen-szorongás önértékelést romboló ereje, úgy szabadul fel a beteg fájdalmas tünetének nyomása alól. A jelző, melyet a táborok kaptak: koncentráció; összevonást, egy központ köré tömörítést jelent. Az önelkülönülés képessége így kettős szorítás alól szabadít fel. Még a koncentrációs táborok sem tudták elvenni a szellem szabadságát és a túlélés reményét és értelmét.

Mérei Ferenc (1909–1986) kétszeres túlélő. Túlélője a Don-kanyarnak, és túlélője a börtönök alatt elszenvedett agyergörcsnek. 1944-ben munkaszolgálatosként 35 éves, 1960-ban politikai elítéltként 51 éves. A második társadalmi trauma túléléséhez koránál fogva még na-

gyobb erőfeszítésre volt szüksége. A börtönben agyergörcsöt kap, mely motoros afáziát okoz. Ezen motoros afázia során átéli a felejtés, az énelvesztés minden szenvedését, félelmét. Ahogy börtönnaplójában írja, az átélt halálközelség újabb erőfeszítésekre ösztönözte. 1960-ban már két, titokban megírt könyv van mögötte: *Az utalás lélektana* és az *Élménygondolkodás*. Hogy betegségéből felgyógyuljon, elhatározza, hogy álmai manifeszt szövegeinek törvényszerűségeit fogja vizsgálni. Ehhez a megfigyeléshez kidolgoz egy olyan álomregisztráló módszert, melynek az a lényege, hogy közvetlenül az álom befejeződése után képes legyen felébreszteni önmagát, hogy még álomközben, a legkisebb torzítás nélkül vehesse álmaival papírra. Szemben Bettelheim és Frankl lágerkörülményeivel, Méreinek van papírja, amire álmaikat feljegyezheti. Igaz, hogy csak WC-papír. Kevés van belőle, hogy könyvekre való feljegyzéseket őrizzen. Mérei éjszaka, sötétben olyan apró betűkkel ír, melyeket ő maga sem tud nagyító nélkül elolvasni. Mégis ír. Éjszaka, alvás helyett, sötétben tapogatva. Vajon miért ébreszti fel önmagát a börtöncella mélyén az álmodó? Az önébresztés megfelel Frankl paradox intenciójának. A fogoly önmagának parancsolja, hogy ébredjen fel. Ez a parancs a halálfélelem ellen is védelmet nyújt. A kiszolgáltatottságot, a passzívan elszenvedett durva felébresztést önébresztéssé változtatja. A halál, az örök elalvás félelme helyébe a „ha akarok, fel tudok ébredni” büszkesége kerül.

Ahogy befejezi *Az implikált tudás az álomban* című könyvét, új kutatási területet talál. Egy újabb könyv megírásához kezd: *Adalékok egy társassemponthoz gyermeklélektanhoz*. Mérei megfigyelései alkalmasak arra, hogy elemzésükön keresztül követni tudjuk a gondolatrendszerében átélt félelmeit, szorongásait, de azt is, ahogy túlelte önmagát a társadalom kényszerrendszerén. Mérei számára a börtönélet kínálja fel az „együttes élmény” további megfigyelési lehetőségeit. A prizonizáció is együttes „élmény”, kiscsoportok együttes élménye. Figyelmét az a kérdés foglalkoztatja, hogy vajon a kiscsoport tagjait milyen kommunikációs rendszer fűzi össze. Ismeretes, hogy a rabok között a börtönyelv kialakítása milyen rendkívüli fontossággal bír, hiszen a besúgók világában tudni kell, hogyan lehet mégis közölni – esetleg lekopogással a zárkafalakon keresztül – a híreket úgy, hogy azt csak a beavatottak értsék. A börtönyelv mögött rátalál az „utalás” lélektani mechanizmusára, arra a „konkrét részletre”, mely képes a közösen átélt „egész élményt” hordozni. „A még áttűzsedett, a valóságtól lüktető élmény egy konkrét részletnek kiválása és visszaugrása a tudatba úgy, hogy az az eleven élmény teljes érzelmi feszültségét képviseli. Ez a visszajáró részlet az utalás.” Az utalás jelenségével Mérei bebörtönzése előtt is foglalkozott. Azt hitte, hogy az utalás az óvodáskorban a leggyakoribb. A börtönélet alatt jött rá, hogy nem kizárólag az óvodáskorban észlelhető, jellemző mozzanata a felnőtt kiscsoportoknak is. A börtönben mutatja ki az utalás jelenségét a műalkotásban, részben mint a művész közvetlen élményanyagának megnyilvánulását, részben mint művészi módszert, mely közös élményanyagot teremt a mű hősével és olvasójával, a zene hallgatójával, a festmények és szobrok nézőjével. „Így döböntem rá arra, hogy az utalás az élményközösség anyanyelve.” Ha jól megfigyeljük e szavakat, kihallatszik mögülük a győzelem hangja: az utalással, az élményközösség anyanyelvével, az emlékezés-

sel fel tudja támasztani mindazokat az átélt élményeket, melyektől éppen a prizonizáció fosztotta meg. De a küzdelmet is kihallani a felejtés ellen, a prizonizációval járó elszürkülés ellen. Az „áttüzesedett, valóságtól lüktető élmény” képes „visszaugratni” a tudatba az egész átélt élményanyagot. Ezen a fantázia-émlékezés fonalon szabadul ki nemcsak az éjszakai álmok, de a nappali vágyfantáziák segítségével is a gondolkodás terébe, a szellem szabadságába. Ha az írott betű képes összekötni a mű alkotóját a befogodójával, akkor megvan a börtönének túlélésének kulcsa is: az alkotó gondolkodás. Hasonlóan Bettelheimhez és Franklhoz, Mérei szelleme is átrepül őrzői áthatolhatatlannak tartott börtönrácsán. Mérei ugyanúgy és ugyanazt éli át, mint Bettelheim. Ő is felkészít a „végső határra”: „A kis emberi csoport az egyetlen mód, ahogy az egyén képes szembeszállni a hatalommal.” A tudós Mérei börtöncelláját kísérleti laboratóriummal alakítja. A prizonizációs éveket kutatási területté változtatta. Almai, valódi deprivációs helyzetben, alkalmasak voltak arra, hogy megfigyelje, a régi és az új kapcsolatai milyen gyakorisággal és tendenciával jelentek meg a manifeszt tartalomban. A kiscsoportok megfigyelésével a társas kapcsolatok alakulását figyelhette meg – deprivációs helyzetben. Így lett a gályapadból munkapad.

Tóth Imre Erdélyben született, jelenleg a matematika professzora Regensburgban. Tóth így vall magáról: „Nem vagyok matematikus, ami engem érdekel, az a filozófia, mely tagadhatatlan, hogy néhány ezer év óta, mióta írott emlékeink vannak, árnyékként követi életünket.” A matematikához sajátos relevanciája köti: az ember itt gyakorolta először új fogalmak, új igazságok, új világok alkotásának képességét. Tóth szerint az „új valóságok alkotásának képessége” a nem euklideszi geometriával szemléltethető a legvilágosabban. Tóth szokatlannul nagy indulattal támadja az euklideszi geometriát, amiért csak a 180 fokos szögeket fogadja el valóságosnak. „A nem euklideszi háromszög így ki van zárva a lét birodalmából, léte ontológiailag lehetetlen.” „A nem euklideszi geometriával a szubjektum tudatára ébred annak a szabadságnak, amelynek lényege a fennálló világrend, egy teljes univerzum tagadása és negációját útján egy új, az előbbivel ellentétes világ létrehozása.” Az emberi szabadságot Arisztotelész szavaival illusztrálja. „Az ember az egyedüli szabad lény, mert szabadon választhat jó és rossz között.” Hasonló a helyzet a geometriában is. Itt is lehet ellentétes elvek között választani. Tóth 1953-ban publikált tanulmányában megemlíti, hogy Arisztotelész filozófiai gondolatai alátámasztására milyen gyakran használt műveiben matematikai példákat. Azt találta, hogy Arisztotelésznek ellentétes gondolatai voltak a háromszögek szögeinek összességét illetően. Ötvenszer írta, hogy a háromszögek szögeinek összege két derékszöggel egyenlő, de tizenhatszor vagy hússzor állította, hogy lehet 180 foknál több vagy kevesebb. Azt hitte, rossz a fordítás. Hogy megértse az eredeti arisztotelészi szöveget, megtanult görögül. Ekkor jött rá arra, hogy nem fordítási hibáról van szó. „Hiszen ez olyan – írja –, mintha ez a nem euklideszi geometria prófécijája lenne!”

Kétezer éve oly sokan olvasták Arisztotelész írásait. Maga is meglepődött, hogy elődei figyelme átsuhant e fontos „prófecián”. Tóth esetében is tragikus egyéni sors

húzódik meg a nem euklideszi geometria iránti érdeklődése mögött. Gondolkodását, tudományos érdeklődését apja tragikus halála formálta. Így ír erről: „Úgy érzem, kisgyerek korom óta így gondolkodom. Apám hatott rám a legmélyebben és a legmaradandóbban. Apám kabalista volt. Gázban illant el. Itt van eltemetve bennem.” A matematikus-filozófus Tóth nem szent szövegek rejtett értelmét kutatja, mint kabalista apja, hanem Arisztotelész sorait. Így jött rá arra, hogy a nem euklideszi geometria egy idős az euklideszivel. Arisztotelész, Bolyai rendszere az ő számára a szabadságot jelenti, mert befogadják a „szabálytalan” háromszögeket is, nincsenek kizárva a lét birodalmából, létük ontológiailag bizonyított. A kabalista apa is számok rejtett értelmét kereszte, hiszen a héberben a betűk rejtmódként is használatosak. Az alef 1-et is jelent, és az ábécé első betűje is. A héber szöveg pontozatlan. A pontozás valóságossá teszi a szavak lehetséges értelmét. Így ugyanaz a betűkép mindig más-más szót jelent. Mivel az ősi tekerceket mindig pontozatlan szöveggel írták, hermeneutikailag valóban problematikusak, hiszen a pontozatlan szöveg objektíve többértelmű! Hogy jobban értse Arisztotelészt, Tóth Imrének meg kellett tanulnia görögül. Az analógia oly közeli: nem szent szövegek, hanem Arisztotelész sorait, értelmét kutatja, mint apja; kutatásai során így találja meg a kirekesztett háromszögek helyét a létezők sorában.

y. Nem volna számomra teljes a kép, ha csak férfiakról lenne szó, és nem térnék ki Polcz Alaine pszichológiai munkásságára. Életútja számomra teljesen ismeretlen volt mindaddig, amíg *Asszony a fronton* című önéletrajzi regényét el nem olvastam. Ennek ismeretében megkísérlem most az élettörténete és a pszichológiai munkássága közötti párhuzamot megkeresni.

Pszichológusi pályafutásának két, jól elkülönülő korszaka van. Az elsőben a bábteszt kidolgozása és a világteszt hazai körülményekre adaptálása dominál, a másodikban a leukémiás gyermekek és családjuk gondozása. Úgy gondolom, hogy az első szakaszt a saját traumától való eltávolodás – Hegel szavaival a tagadás – jellemzi, míg a második szakasz „*Aufhebung*”-ja a „megtartva megszűntetni” – a tagadás tagadását jelenti, a saját trauma élmény, a szenvedés állandó átélését egy gyógyító, terápiás atmoszférában.

Az első szakaszból a klinikai bábsorozat megszületésének az egyéni élettörténettel való kapcsolatát szeretném demonstrálni. A bábsorozat mindenki előtt ismeretes, ma nincs olyan pszichológiai rendelő Magyarországon, ahol ne alkalmazzák. Hallgassuk meg, hogyan ír Polcz Alaine az általa kialakított bábukról: „A gyermekrajzok naiv stílusát próbáltuk megeleveníteni, Kovács Ildikó, a Kolozsvári Bábszínház rendezője és tervezője segítségével” – írja az 1974-ben kiadott *Aktív játékdiagnosztika és játékterápia* című könyvében. A bábsorozat formai kialakítója Kolozsvárhoz kapcsolódik, és Kolozsvárral, 1944. március 27-ével, esküvője napjával kezdi Polcz Alaine említett könyvét. Kovács Erzsikét, latintanárnőjét név szerint is említi, aki, mikor megölelte és gratulált, a fülébe súgta: „Most már tegezzük egymást.” A bábsorozat így Kolozsvárt idézi. De nemcsak a bábsorozat, hanem a korrektív játéktechnikája is sokkal egyértelműbben, de ugyanakkor sokkal rejtettebben. A *háromfejű sárkány legyőzése* című terápiás módszer

gondolok. Így ír: „Van egy háromfejű játéksárkányunk, egy kardunk, amivel le lehet győzni a sárkányt... De csak az győzheti le, aki jó és bátor, mint a mesékben a legkisebb királyfi.” Polcz Alaine azt a biztos tudatot ajándékozta a neurotikus tünetétől szenvedő, sokszor megszegyentett gyermeknek, hogy ő jó és bátor, hogy le tudja győzni a sárkányt. A terápia végén a gyerek be is váltja a belé helyezett bizalmat, hiszen elhangzanak a következő szavak: „Sárkánygyőző vitéz vagy, legyőzted a rosszat magadban, és legyőzted a sárkányt, mint a legkisebb királyfi... Most pedig megérdemled, és megkapod a sárkányölő jelvényt, az ágyad fölé is akaszthatod, hogy soha el ne felejtőd, te le tudtad győzni a rosszat, és a jövőben is mindig legyőzöd, ha akarod.” Feltűnő számomra, hogy a legyőzendő sárkány háromfejű. Vajon mit is szimbolizálhat? Talán az ismétlési kényszert és annak leállítását. Az első fej a múlt, a második a jelen és a harmadik a jövő. A jelenben élénk kerülő gyermek bajainak okát a múltjában keressük, és abban akarunk segíteni, hogy a jövőben ezektől megszabaduljon. Ehhez valóban meg kell ölni a sárkányt, azaz: az ismétlődést a jelenből a múltba. Az én-erősítés gyógyítás és öngyógyítás. A sárkányölő alakja – talán nem túl merész az asszociáció – a Kolozsvári-testvérek híres-nevezetes alkotásához vezet gondolatainkat.

Polcz Alaine könyve tette hitelessé számomra azt az erőt, melyet a gyermekre sugároz. Ő valóban legyőzte a sárkányt; a kegyetlen rossz, amin átment, amit önerőből győzött le, átsugárzik gondolatainkat.

Az első pszichológusi korszak másik nagy elméleti-gyakorlati eredménye a világjáték terápiai módszere. 1974-ben megjelent tanulmányában két évtizedes tapasztalatára hivatkozik, arra a megfigyelésre, hogy a megépített világ emocionálisan hat a páciensre, problémáit tudatosítja, megoldási lehetőségeket jelez, amiket aztán a gyermek tudati szinten felismer. A gyermek által épített, befejezett világ értelmezése, az általa adott és a közös értelmezés szintén emocionális és tudati többletet, katarzist, utat, megoldást jelenthet. A sorozatos építés már maga terápiai folyamat. Aktív terápiai módszer, amit kiegészít az együtt dolgozás a szülőkkel és a környezettel. Előnye, hogy nem feladat, hanem öröm- és játékélményt nyújt, és a kapcsolatteremtés eszköze.

Polcz Alaine több szempontból továbbfejlesztte Löwenfeld világtechnikáját. Instrukciója így hangzik: „Ez itt a tenger, a homokból felépítetted a szárazföldet, ahogy neked tetszik.” Ekkor felsorolja a világteszt tárgyait, majd így folytatja: „Ezekből építesz egy olyan világot, amilyent akarsz, ez lesz a te világod.” Két évtized alatt oly sokszor álltam már ezek fölött a gyermekek által épített világok fölött, de igazán csak akkor értettem meg, mi is történik a lelkekben, amikor Polcz Alaine sorait olvastam arról, amit a „halálkereszt (Totenkreuz)” élménye után, a halálközelségben, talán a bettelheimi „végső határon” élt át. „Mindaz, ami addig úgy fájt és olyan nehéznek tűnt, és elviselhetetlennek, akkor hirtelen távolivá, könnyűvé, természetessé vált. Próbáltam többször megfogalmazni és megírni: olyan volt, mintha eddig messzelátóval néztem volna az életet, ami minden kicsi részletet közel hoz. Gyermekkoromban megfordítottuk a messzelátót, és akkor még a közeli is hirtelen kicsi és távoli lett. Ez történt most, megfordult a messzelátó.”

Másik elméleti továbblépése a világjáték technikájá-

ban a felhívó kérdések alkalmazása. A klasszikus világépítő technikában Büchler, Hetzer, Löwenfeld szerint nem kell a gyermeknek célzatos kérdéseket feltenni, csak a kirakott tárgyak után kell érdeklődni. Például így: „Ez a kutya itt mit csinál?” „Ez a ház itt milyen ház?” Ő viszont kilenc felhívó kérdést tesz fel a gyermeknek a játék befejezése után. Ezek a következők:

1. Hol laksz Te itt ebben a világban?
2. Kivel?
3. Ki vagy Te ebben a világban?
4. Hol süt a Nap, és hol van árnyék?
5. Hol üt ki a tűz?
6. Harangoznak – miért?
7. Levelet hoz a postás: kinek, mi van benne?
8. Valami nagyon jó történik ebben a világban. Mi az?
9. Valami nagyon rossz történik ebben a világban. Mi az?

E kérdéseket mindannyian ismerjük. Kettőt most megkísérlek élettörténetével összefüggésbe hozni. A kérdés így hangzik: „Hol laksz Te itt ebben a világban?”

„Egy esős éjjel felébredtem, néztem a bútorokat, olyan ismerőseknek tűntek, tudtam, hogy az enyéme, kinéztem az ablakon, valahogy rosszul volt világítva a város, nem ismertem fel, hogy Kolozsvárott vagyok, ültem és tépelődtem, hol is vagyok, hogy kerültek ide a bútoraim?”

Ebben az évben »hat lakásom« volt, amit mind váratlanul, órák alatt, kisebb csomagokkal vagy bőröndökkel menekülve hagytam el. Még most is kísért néha, éjszaka fölébredek és tapintom a falat és tünődöm, hogy hol vagyok?”

Nézzük ezt a kérdést: „Levelet hoz a postás: kinek, mi van benne?”

Ismét az életrajzi regényből idézek: „Ekkor jött egy képeslap Jánostól. Fogságból küldte, néhány szó, valami ilyesmi: »Kedves kis A., hallottam, hogy beteg, na most aztán igyekezzen meggyógyulni, mert ez illetlenség. Kegyelem és kolbász.«

Amikor elolvastam, hirtelen elfogott a gyöngeség, majdnem elvesztettem az eszméletemet. Az ember szíve, az érrendszere, mindene kikészül a negyven fokok lázaktól, szubnormál hőmérséklettől szédelegve, káprázó szemmel ott fekszik délelőtt, és kap egy ilyen lapot – hát bizony mást is elhagyna az a kicsi maradék ereje. Engem elhagyott. Próbáltam nem gondolni rá, de szüntelenül rá kellett gondolnom.”

De ugyanígy végigmehetnének a többi kérdésem is, feltevője saját élete rendezésének kérdéseivel segíti a világépítő gyermeknek konceptualizálni megingott identitását.

Munkásságának második szakasza a leukémiás, malignus gyermekek kórtermébe, családjukkal való törődéshez vezet. Sokszor tettem fel magamnak azt a kérdést, vajon mi vezette Polcz Alaine-t a halálközelségben lévő gyermekek közé? Könyvében találtam meg a választ. A háború a vége felé közeledik, amikor rádöbben arra, hogy „a betegséget, ami miatt aztán soha nem szülhettem, már magamban hordtam”. Pestről visszamegy Kolozsvárra, orvos szeretett volna lenni, de orvosai szerint legyengült szervezete ezt a megterhelést nem bírta volna elviselni. Állapota egyre súlyosabb lesz, röntgenbesugárzást kap. „A harmadik kezelés után megkérdeztem, hogy mi ez? Azt mondták, hogy röntgen mélybesugárzás. De ugye akkor steril leszek? – kérdeztem Haynalt –,

sose szülhetek? Azt válaszolta: Sose fog szülni, ezzel a hassal nem lehet szülni.”

Életének ezen a mélypontján egy ember állt mellette, Etelka, a 19–20 éves székely nővér. „Tette a prizniceket, segített, mikor csapoltak, emlékszem, milyen jól jött, ahogy átölelt és tartott. Nem volt erőm tartani magam, kivert a veríték. És akkor elém térdelt, és átölelt és tartott.”

Soha nem láttam Polcz Alaine-t a leukémiás gyermek-betegei között. Úgy képzeltem el őt, ahogy ő idézi fel Etelka alakját. A leukémiás gyermek szüleinek túl kell élniük gyermekük halálát. A magyar nyelvben van szó arra, ha valakinek meghalnak a szülei: „árva”, van arra is szavunk, ha házastárs hal meg: „özvegy”. De arra nincs, ha a szülő marad gyerek nélkül. Talán azért, mert ez tabu. Kimondhatatlan. Polcz Alaine megtalálta a szavakat ezekhez a nehéz sorsú emberekhez is. Azzal az erővel, amivel túlélte saját gyermektelenségét, van belső ereje a szülők túlélésének megkönnyítésére, biztatva őket az egészséges gyermekbe kapaszkodásra vagy újabb terhesség vállalására.

Polcz Alaine pszichológusként – mint láttuk – először gyógyított, hiszen a gyermekkori neurozisos jó prognózisúak, a gyermek énerőinek fokozásával valóban képes legyőzni a háromfejű sárkányt, ha ehhez, mint ahogy Polcz Alaine mindig is tette, együttműködünk a szülőikkel és a gyermek másodlagos környezetével. „Kisgyerekeknel közösen alakítjuk ki az anyával az új magatartást, élményt nyújtunk a magatartáskorrekcióhoz. Cselekvésen keresztül segítünk felismertetni az anya és gyermek attitűdjében a hibás vagy idejétmúlt patterneket” – írja 1974-ben megjelent könyvében.

A malignus beteg gyermek terápiája rossz prognózisú. A gyermekhalál feldolgozhatatlan pszichotrauma, ahogy a holocaust is az. Az elszennvedett saját műlthoz – úgy tűnik – vissza kell kanyarodni. A saját, soha fel nem dolgozható gyászt kell újra meg újra a haldokló gyermek és családja körében úgy átélni, hogy a saját túlélés belső ereje áthasson a beteg családokra, hogy képesek legyenek a túlélésre, az élet felé fordulásra.

IV. Elméleti megközelítés

Hermann tehetségek analizisében kimutatta, hogy „minden lelki jelenség, mely a tudattalannal érintkezik, pszichoanalitikusan vizsgálható, és ennél fogva minden gondolkodási jelenség is, amennyiben ennek a feltételnek megfelel”. Bettelheim egyfajta „behelyettesítésről, kompenzáló élményről” beszél. Mérei utalásrendszere, mint az élményközösség anyanyelve, szintén egyfajta „behelyettesítés”. Hiszen az egész élmény helyébe egy szó, egy utalás lépett, mely képes az egész fájdalmas élményt hordozni. Tanulmányomban azt kívántam bemutatni, hogy a szélsőséges helyzet, a társadalmi trauma nem minden esetben okoz neurozist, szellemi erőfeszítéssel a neurotikus tünetképzés elkerülhető. E gondolatok talán elmélyíthetők a Winnicott-féle *átmeneti tárgy* elmélettel. Ahogy a lélek elfogad átmeneti tárgyakat, úgy elfogadhat „kompenzáló cselekvéseket” is. A traumás élmény éppen feldolgozhatatlanságával játszik bele egy másik, magasabb szintű cselekvésbe, intellektuális érdeklődésbe, megszabadítva a cselekvést az ismétlési kényszer sztereotípiáitól. Hasonló mechanizmussal,

ahogy Tóth matematikai-filozófiai érdeklődésével apja szellemét őrzi önmagában. Bettelheim, Frankl, Mérei, Tóth, Polcz Alaine – miközben eltávolodnak saját traumás élményeiktől – egy magas szintű gondolkodási folyamattal, a traumás élményből nyert energiájuk felhasználásával váltak kiemelkedő gyógyítókká és alkotókká. Ahogy az átmeneti tárgynak az a szerepe, hogy a gyermek képes legyen önmaga megnyugtására, úgy segíti a „behelyettesítő”, „kompenzáló” élmény az öngyógyítást.

Az öt bemutatott esetben közös traumafeldolgozási folyamatot figyelhetünk meg. A szabad asszociáció folyamatát a szabad kommunikáció teljesítette ki. Bettelheim, Frankl, Mérei, Tóth Imre, Polcz Alaine nem törekedtek fájdalmas emlékeiknek az elfojtására. Munkájuk, kutatási szenvedélyük szenvedésükből táplálkozott. A passzívan átélt szenvedést tudatosan aktív, szenvedélyes cselekvésbe és gondolkodásba fordították. Önmagukon túlmutató, értelmes céljukat megtalálva képesek voltak személyiségüket úgy reintegrálni, hogy ennek terepéül az alkotó gondolkodás – potenciálisan másokat is felszabadító – erejét használták fel.

IRODALOM

1. B. Bettelheim (1988): *A végső határ*. Modern Könyvtár, Európa Könyvkiadó
2. V. E. Frankl (1988): *...Mégis mondj IGENT az ÉLETRE! Egy pszichológus megéli a koncentrációs tábor*. Pszichoteam Mentálhigiénés Módszertani Központ, Budapest
3. S. Freud (1976): *Zur Aetiologia der Hysterie* (1896), Fischer Verlag, Studienausgabe, Band 6.
4. J. Hermann (1930): A tehetség pszichoanalízise In: *Tehetség-problémák*. Merkantil Nyomda, Budapest, 45–57.
5. I. Laplanche, J. B. Pontalis (1973): *The Language of Psycho-Analysis*. Hogarth Press, London.
6. Mérei Ferenc (1985): *Lélektani Napló. I. Az utalás lélektana. II. Az élménygondolkodás. III. Az implikált tudás az álomban*. Művelődéskutató Intézet. (1986): *Lélektani Napló. IV. Adalékok egy társas szempontú gyermeklélektanhoz*. Művelődéskutató Intézet
7. Polcz Alaine (1974): *Aktív játékdinamika és játékerápia*. Pszichiátriai Rehabilitációs Intézet, Intaháza. Kézirat gyanánt.
8. Polcz Alaine (1991): *Asszony a fronton. Egy fejezet az életéből*. Szépirodalmi Könyvkiadó, Budapest.
9. Tóth I. (1988): Matematika és Szabadság. *Valóság*, 11:33–50.
10. Virág T. (1987): Mérei Ferenc Lélektani Naplójának elemzése. A gondolkodási folyamatok és a manifeszt álomszörzések értelmezése. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 1:56–82.
11. Virág T. (1988): Gyermekkori neurotikus állapotok, magatartászavarok történelmi háttere. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 3:227–244.
12. Virág T. (1988): Aktuális traumatikus esemény feldolgozása a már folyamatban lévő pszichoterápiában. Neurotikus tünetek a magyarországi holocaust-túlélők gyermekeinél. In: *Klinikai gyermekpszichológiai tanulmányok*. Szerkesztette: Gerő Zsuzsa. Akadémiai Kiadó, Budapest, 72–82.
13. D. W. Winnicott (1971): Transitional Objects and Transitional Phenomena. In: *Playing and Reality*. Tavistock Publications, London. 1–25.