

HORVÁTH LAJOS – BALÁZS KATALIN

Szorongás és énhasadás

A kierkegaard-i bűn és szorongás modern lélektani interpretációi

I. BEVEZETÉS

Tanulmányunkban elsőként Kierkegaard szorongás-fogalmát elemezzük, mely szoros szálakkal fonódik össze a *bűn*, illetve az eredendő bűn teológiai-dogmatikai nézeteivel. A második célkitűzésként pedig C. Stephen Evans komparatív elemzését interpretáljuk, mely hasonlósági és különbözőségi viszonyokat állapít meg a kierkegaard-i én-fogalom és bizonyos lélektani én-koncepciók között (Evans 2006). Evans a freudi pszichoanalízis mellett a brit tárgykapcsolati iskola eredményeit használja fel, melyek a kisgyermekkorban lezajló *énhasadás* problémáit elemzik.¹ Evans úgy gondolja, hogy bár a lélektani iskolák nem teológiai, hanem inkább naturalista énképekkel dolgoznak, ettől eltekintve egy eredeti teljességként felfogott „előzetes én” utáni kutatás közös motívumként szerepelhet Kierkegaard filozófiája és a tárgykapcsolat-elméletek között. E párhuzamot részletes kritikának vetjük alá, és a tanulmányban Evans elemzését tovább gördítve bemutatjuk azokat a kierkegaard-i motívumokat, amelyek *nem illeszthetők be* a tárgykapcsolat-elmélet paradigmájába. Evans analógiájával szemben az egzisztencialista pszichiátria (például Laing és Yalom munkái) a párhuzamok gazdagabb tárházát nyújtja a lélektan és a kierkegaard-i filozófia között. Az én-

¹ Az énhasadás problémája számos lélektani paradigma vezérmotívumaként szerepel. *Mivel fő célunk Evans elemzésének kritikai olvasata, ezért ebben a tanulmányban mi is a brit tárgykapcsolat-elméleti irányzatra hagyatkozunk.* Ebben a tekintetben az énhasadás egyik alapvető definíciója Melanie Klein pszichológiájában lelhető fel. A csecsemő az ún. „depresszív-pozícióban” még nem képes arra, hogy az anya pozitív és frusztráló sajátosságait egy koherens anyaképbe integrálja. Ha kitekintünk a tárgykapcsolati iskola horizontján túlra, akkor megemlíthetjük még példaként Bálint Mihály „östörés” fogalmát is, mely szintén a korai traumák (vagy esetleg veleszületett komponens) okozta szorongás problémáját fedi fel: „[A betegek] azt mondják, hogy valami törés keletkezett bennük, amit ki kell javítani. Nem komplexusként, nem konfliktusként, nem helyzetként élik meg, hanem törésként. Másodsorban gyakran érzik úgy, hogy a törés egy kapcsolat megszakadása miatt következett be, valaki cserbenhagyta, rászedte őket. Harmadsorban az ezt a területet körüllegő szorongás abban a kétségbeesett reményben fejlődik ki, hogy legalább a pszichoanalitikus nem fogja cserbenhagyni, összetörni őket.” (Bálint 2012. 20–21.) Az östörés koncepciója fennmarad és új megvilágításba kerül Kohut szelfpszichológiájában is. (Lásd Ornstein 2010.) Mindezzel csupán azt szeretnénk jelezni, hogy a gyermekkori gondozás és az énhasadás problematikája domináns téma a különféle modern pszichoanalitikus elméletekben.

hasadás problémája Laing lélektanában is jelentős, így témaválasztásunk harmadik kulcsfigurája ő lesz Kierkegaard és Evans mellett. Ugyanakkor Evans elemzése is mindenképpen újszerűen hat az egzisztencializmus és a lélektan között elhelyezkedő nehezen áttekinthető diszkurzív mezőben.

A tanulmányban a bűn és a szorongás fogalmait több kontextusban is vizsgálódás tárgyává tesszük, *határozott különbséget kell tennünk az ontológiai és a lélektani szorongás között*. A következőkben egyrészt látni fogjuk, hogy Kierkegaard filozófiájának bizonyos elemei hogyan kerülnek be – igen szelektív módon – a lélektani diskurzusba, másrészt szeretnénk kimutatni, hogy a kierkegaard-i szorongás és melankólia fenomenjei – melyek az énhasadás hátterében állnak – továbbra is ellenállnak a lélektani sémák strukturáló erejének. Kierkegaard rezignációjában és melankóliájában van valami teljesen *egyéni transzformációs élmény*, valami nyugtalanító sötét numinózum, melynek talánya elvész a pszichológiai interpretációk ösztüzében. A Kierkegaard által leírt ontológiai szorongás önmagában véve is kimeríthetetlen rejtély, mely számtalan aspektusból vizsgálható. Ennek ellenére úgy tűnik, hogy a fenomenológiai pszichológia alternatívái (például R. D. Laing fejtegetései) nemcsak új kategóriákat, hanem *fenomenológiai példákat* is nyújthatnak a szorongással és kétségbeeséssel kapcsolatban; sőt kierkegaard-i alapfogalmak továbbélésének lehetünk szemtanúi lélektani horizonton. Tanulmányunkban az ontológiai és lélektani bűn- és szorongás-koncepciók interpretációs különbségeire szeretnénk fényt vetni. Az ontológiai szorongással kapcsolatban Heidegger szorongásfogalma is komparatív elemzés tárgyává válhat, de ebben az írásban vizsgálódásainkat Kierkegaard-ra szűkítjük; Heidegger és a lélektan kapcsolata újabb elemzést igényelne. A következőkben röviden rekonstruáljuk Kierkegaard szorongásfogalmát, mely az eredendő bűnnel áll összefüggésben.

II. EREDENDŐ BŰN ÉS SZORONGÁS

Kierkegaard filozófiájában a szorongás, a bűn és a Szellem fogalmai egymástól szinte elválaszthatatlan fogalmak, sőt Gordon Marino szerint igen nehezen interpretálhatók, Kierkegaard poetikus nyelvezete kerüli az egyértelmű definíciókat, *A szorongás fogalma* hiposztazált fogalmakkal operál (Marino 2006. 315, 316). „A bűn nem tudományos probléma” – állapítja meg Kierkegaard Vigilius Haufniensis álneven (Kierkegaard 1993a. 61). Kierkegaard a bűnt a pszichológia hatáskörébe sorolja, de ebben az esetben a *pszichológia* nem önálló diszciplínára utal, hanem egy a filozófián belüli vizsgálódást jelent, melynek lényege az „emberi lélek mozgatórugóinak vizsgálata” (Gyenge 2007. 213).

„Vigilius Haufniensis” *A szorongás fogalmának* elején Ádám és a későbbi individuumok bűnösségének összehasonlítása során kétértelmű fejtegetésbe bocsátkozik. Teológiai-logikai érvelései különleges „hermeneutikai feladványt”

jelenthetnek az olvasó számára. Marino értelmezése szerint *A szorongás fogalmában* logikai ellentmondások sorát fedezhetjük fel, Kierkegaard bűnbeesés-olvasata közelebb áll a költészethez és nem igazán „pszicho-filozófiai” értekezésről van itt szó (Marino 2006. 315).

A keresztény tanítás szerint a bűnbeesés előtt Ádám és Éva az *ártatlanság* különleges állapotában létezett. A bűnbeesést követően ez megváltozott és létrejött a ma is fennálló állapot. Vajon létezett-e egyáltalán ez az ősalapot, és a paradicsomból való kiűzetés megváltoztatta-e vajon a természet rendjét? Paul Tillich tagadja ennek lehetőségét.² Kierkegaard az ősalapotot *fantasztikus előfeltevésnek* nevezi, de az nem attól fantasztikus, hogy fölnagyítja Ádám alakját, hanem attól, hogy bűnét nagyítja fel jogtalanul. Ádám bűnbeesése szabad döntés következménye volt, de mi már eleve elrendelt módon bűnös természettel jövünk a világra. Ádám alakja ebben a tekintetben fantasztikussá válik. További dilemma Kierkegaard szerint, hogy ha Ádám szabad választásának mítoszában kontemplációt végzünk, akkor az olyan *hangulatot* kelt bennünk, amely szöges ellentétben áll a bűntudat belső fejlődésével (Marino 2006. 314–315). A fantasztikus előfeltevés az ártatlanság és a bűn kölcsönös relációja felől kérdőjeleződik meg. „Lényegében minden ember ugyanúgy veszíti el az ártatlanságát, mint Ádám [...], minden individuum önmaga által válik bűnössé.” (Kierkegaard 1993a. 45, 64–65.) Ha az eredendő bűnből származik minden ember (bűne, honnan származik Ádámé? Kierkegaard a *szorongás* fogalmának segítségével az ártatlanság és a bűnbeesés közötti szakadékot áthidalva megválaszolja a bűn genézisének kérdését. Marino szerint Kierkegaard-nak szüksége van egy „átvezető fogalomra”, mely megmagyarázza, hogy hogyan jut el Ádám és az egész emberi nem az ártatlanság állapotából a bűnbe (Marino 2006. 317).

Kierkegaard az első bűnről nem számszerű értelemben beszél, az „első” meghatározás *minőségi ugrást* jelent. „Az új minőség rejtélyes váratlansággal, az Első által, ugrás révén jelenik meg” (Kierkegaard 1993a. 39). Az „első bűn” minőséget hoz létre: az ember saját maga felett aratott győzelmével (bűnbeesésével) nyeri el individualitását, melynek irányítója a Szelleme.³ A bűn minőségi megjelenése mellett egyetemes jelleggel is rendelkezik, amelyet Kierkegaard a *menyiségi meghatározással* jelöl: „az emberi nem bűnössége történetet alkot. A történet kvantitatív meghatározásokon át halad előre, miközben az individuum minőségi ugrással vesz benne részt.” (Kierkegaard 1993a. 42.) A bűn egyetemességének

² „Abszurd az a nézet, miszerint volt egy pillanat az időben, amikor az ember és természet megváltozott. Erre sem tapasztalat, sem a kijelentés nem ad alapot.” (Tillich 2002. 269.)

³ „Ha pedig az álmodó szellem az ember ártatlansága, akkor a bűnbeesés, az ártatlanság elvesztése sem más, mint a szellem öntudatra ébredése” (Gyenge 2007. 219). Az én és a szellem fogalmi szervesen összekapcsolódnak Kierkegaard filozófiájában. Az ember test és lélek szintézise, míg ezek a komponensek végesek és az időbeliség rendjébe tartoznak, addig az ember öniszonyulásra képes Énje, illetve Szelleme a végtelen, örök szférájába tartozik. Ez az az Én, amelyet a kétségbeesés bizonyos stációiban nem akarunk tudomásul venni. Lásd Kierkegaard 1993b. 155.

így két vetülete lehet: (1) az *első* bűn, illetve Ádám bűne, a Szellem ébredése, mely szimbolikus történés minden egyes individuumban; (2) az emberi nem története szempontjából minden egyes egyén bűne jelentőséggel bír. Minőségi ugrásokkal veszünk részt a történelemben, és a saját személyes történetünket is gyakran átfestheti a bűntudat.

1. Szorongás az eredendő bűn előtt és után

Amint fentebb is láttuk a kierkegaard-i antropológia értelmében a bűnbeesés előtt az ember ártatlan és tudatlan, ebben a stációban a szellem látenciájára figyelhetünk fel:

A szellem álmodik az emberben. [...] Az ártatlanság állapotában béke és nyugalom honol; de ugyanakkor még valami más is, de az nem békétlenség vagy harc; hiszen itt semmi sincs, amivel harcolni lehet. Mi van akkor? Semmi. De mi a hatása a semminek? Szorongást szül. Ez az ártatlanság nagy titka, az, hogy egyben szorongás is (Kierkegaard 1993a. 51).

A szorongató semmi és a Szellem látenciája – mondhatni öntudatlansága – egymást tételező viszonyt sugall. Marino szerint Kierkegaard volt az első, aki megkülönböztette a tárgy nélküli szorongást a félelemtől, melynek körülírható tárgya van. Ezzel a lépéssel megelőlegezte a modern pszichiátria szorongás-konceptcióját is (Marino 2006. 319). Újabb relációt fedezhetünk fel az Én és a Szellem között. Az ember Énje, illetve szelleme maga az önvizonyulás, egyfajta *reflexív viszony*, vagy modern analógiákkal élve talán egyfajta „metatudat”, „öneshmélő tudat”, mely a szorongás hajtóereje által a semmiből bontakozik ki.⁴ Ha az ember Szellem, s ha a Szellem az Én, akkor a valamivé levésnek, a lenni-tudásnak, a lenni-akarásnak elengedhetetlen feltétele és lehetősége az a Szellem, amelyet a bűnbeesés előtt még nélkülözünk, s a nélkülözés megátol abban, hogy önmagunkat megvalósítsuk a szabad választások folyamában. A szorongás nem csupán a Szellem ébredésének hajtóereje, hanem az eredendő bűnnek is előfeltétele. Gyenge Zoltán mélyértelmű kifejezésével élve: „*a szellem magára találása, eszmélése, az eredendő bűn maga*” (Gyenge 2006. 221). Az eredendő bűn tételeződése egyfajta „objektív szorongásként” értelmezhető Kierkegaard szerint. Amint láttuk, a bűn Ádám bukásával jelent meg a világban, mely generációról generációra terjed. Témánk szempontjából azonban nem az egész emberi nem-

⁴ „Az ember szellem. De mi a szellem? A szellem az Én. De mi az Én? Az Én [Selv, Selbst] olyan viszony, amely önmagához viszonyul. Az Én nem viszony, hanem az, hogy önmagához viszonyul. [...] ha önmagához viszonyulván ahhoz viszonyul, ami az egész viszonyt létrehozta.” (Kierkegaard 1993b. 19–20.)

re kiterjedő, absztrakt szorongás a releváns, hanem inkább a „szubjektív szorongás” felé tekintünk, mely „az individuumban megjelenő reflexív élmény” (Gyenge 2006. 222). Kierkegaard is eltávolodik a szorongás objektív, teológiai koncepcióitól és figyelme – egyfajta poetikus fenomenológiai vizsgálódás közepette – a szorongás egyéni aspektusaira irányul.

Kierkegaard a szubjektív szorongást – mely a Szellem és az Én születéséhez vezethet – a *szédülés*hez hasonlítja, mely szédülést a szakadék mélységének látványa vált ki a szemlélőben, néhány oldallal korábban pedig a szorongást az álmodó Szellem meghatározásaként írja le mintegy a pszichológia hatáskörébe sorolva azt.⁵ A szédülés és az álom egyértelmű utalás az öntudatlanságra. „Pszichológiai kifejezéssel élve az első bűn mindig ebben az öntudatlan állapotban történik, és ezért bizonyos értelemben látszólag nem róható fel.” (Kierkegaard 1993a. 204) Miután az individuumban tudatosul a bűn, a szorongást képező „semmi” valamivé válik, az ember ráébred, hogy meg fog halni. A nemlét miatti szorongás tehát részben halálfélelemmé változik, de a szorongás ugyanúgy megmarad. Más megközelítéssel élve látjuk, hogy a szorongás minden állapotban jelen van, egyfajta ontológiai adottság. A bűnbeesés előtt Ádám a *tiltás* miatt szorong, majd a bukás után az individualitás súlya nehezedik rá, hiszen felelősséget kell vállalnia önmagáért, és a szabad választások lehetősége is szorongással tölti el. A szorongás tehát a bűn előfeltétele (szorongás a tiltás, illetve a tudatlanság miatt) és következménye is egyben (szorongás az önteremtés lehetősége miatt).⁶

Lélektani értelmezésében Irvin D. Yalom éppen a végesség miatt felbukkanó büntudat és szorongás kölcsönös viszonyára fekteti a hangsúlyt, mely a terápiás kapcsolatokban csak igen ritkán kerül előtérbe, holott – érvelése szerint – a kiaknázatlan lehetőségek miatt érzett büntudat és halálszorongás fenomenjei transzformatív hatással bírhatnak a személyiségfejlődésben (Yalom 2006. 29–44). Marino szerint Kierkegaard fejtegetései néha összecsengenek Freud megállapításával, mely szerint a szorongást hajlamosak vagyunk elkerülni, vagy a szorongás gyakran csak tudattalan módon jelenik meg (Marino 2006. 320). A végesség tudatosítása azonban különös ambiguitással bír. A szorongásban benne rejlik a végtelenség lehetősége is, az emberi lét olyan feladat, melyben végesség és végtelenné alakíthatja magát az egyén (Gyenge 2006. 220). A lehetőségek beszűkülésének apátiája és a végtelen lehetőségek látszólagos onnipotenciája egyaránt szorongással töltheti el az ént. Marino szerint Kierkegaard-nál egyér-

⁵ Az álom itt olyan kulcsszó lehet, ami vagy teljesen véletlenszerű költői kifejezése a „szellem távollétének”, az „álmodó szellemnek”, vagy abszolút szándékos. Ha az álmodó szellemet a modern pszichológia rendszerén belül szeretnénk elhelyezni, akkor azt mondhatjuk, hogy Kierkegaard szorongó embere ébren álmodik, Jung vagy Freud embere álmai által nyeri vissza éberségét. Az álom ugyanis utal az Én-ek közötti különbségre-ellentétre és felvillantja egyoldalúságunk kompenzációjának lehetőségét. Az ébren álmodó Szellem állapotában nincs reflektív Én-tudat, nem is szorul rá a tudattalan ellenáramlataira.

⁶ Részletesebb rekonstrukciót lásd Csoma 2012. 59.

telmű, hogy a szorongás az én alapvető strukturális eleme (Marino 2006. 320). Mindemellett nem feledkezhetünk meg annak lehetőségéről, hogy bizonyos egyének talán soha nem élnek át olyan szorongásos élményeket, amelyekről Kierkegaard és Yalom beszél. Marino szerint Kierkegaard pszichológiai géniuszának egyik legnagyobb – Freudot megelőző – felfedezése, hogy szenvedéssel teli lelki állapotainkat gyakran saját magunk idézzük elő, vagy a ránk törő hangulatokat hajlamosak vagyunk tovább gerjeszteni, melynek köszönhetően a szorongás és egyéb negatív élmények labirintusában bolyongunk (Marino 2006. 322). Úgy is leírhatjuk ezt az ördögi kört, mint az aspektuslátások elevenségének és a kreatív kibontakozás lehetőségének beszűkülését, vagy mint egy hátrányhelyzetektől mentes – melankolikus – életforma passzivitását. A szorongás egy felettébb ambivalens fenomén, erről Kierkegaard szállóigévé vált mondata is tanúskodik: „szimpatikus antipátia, és antipatikus szimpátia” (idézi Gyenge 2006. 220). A szorongás maga az ellentmondás, mert „Szorongató érzés fog el bennünket akkor is, ha valami nagy jó történik velünk, az ember szíve a torokában dobog – szokták mondani –, de akkor is, ha valami nagy kellemetlenség vár ránk. A szorongás a legellentétesebb helyzetekben magával ragadhatja az emberi lelket. Lebéníthatja, de cselekvővé is teheti.” (Gyenge 2006. 220) A következőkben vegyük szemügyre a szorongás fenomenológiájának igen széles horizontját; eltávolodunk a teológiai-ontológiai interpretációktól, és kifejezetten a lélektani megközelítésekre fókuszálunk.

III. A SZORONGÁS EGZISZTENCIÁLIS-LÉLEKTANI ASPEKTUSAI

Kierkegaard filozófiai-lélektani fejtegetései napjainkban sem veszítettek aktualitásukból. Csoma Judit Margit a szorongást pasztorálpszichológiai szempontból elemzi (Csoma 2012). Simon D. Podmore tanulmányában olyan véleményeket idéz, melyek szerint Kierkegaard egy „szókratikus mélypszichológia” atyja, és ez a lélektan a személyiségfejlődés vallásos-etikai aspektusaira fekteti a hangsúlyt (Podmore 2009). Podmore Eriksont idézi, aki szerint nem is Freud, hanem inkább Kierkegaard az első pszichoanalitikus (Podmore 2009. 176). Ann Casement Freud, Jung és Kierkegaard apakomplexusait vizsgálva az esztétikai és etikai stációk megkülönböztetésének lélektani lehetőségeit aknázza ki (Casement 1998. 68–83).

A modern pszichológiai szorongásnak nagyon sokféle oka lehet. A hagyományos pszichiátriai-pszichológiai irodalom egyik sarkköve, hogy minden szorongásos betegség (pánik, fóbiák, generalizált szorongás) visszavezethető a halálfélelemre, de talán – kierkegaard-i értelemben – állíthatjuk, hogy aki szellemének (illetve Énjének) megismerése közben már megszabadult a halálfélelemtől, az ezzel a mozgással egyetemben szorongásait is legyőzte. Ez az idilli kép azonban az egzisztencialista pszichiáter Yalom szerint elképzelhetetlen, számára a

halálszorongás kiküszöbölhetetlen „akadály”, ugyanakkor empirikus (kérdőíves) vizsgálatokra alapozva azt állítja kierkegaard-i szellemben, hogy „bár a halál fizikailag elpusztítja az embert, a halál tudata megmenti őt”.⁷ Ezt a sommás kijelentés új megvilágításba fog kerülni Kierkegaard melankóliájának elemzése közben.

Pszichoanalitikus szempontból a különböző szorongásos betegségek hátterében konkrét okok – vagy inkább *indokok* – húzódnak meg.⁸ Ha rátalálunk az „okokra”, vagy éppen megkonstruáljuk szenvedésünk indokait és tudatosítjuk azokat, akkor elvileg megszűnik a szorongásos tünet. A *katarzisz* vagy a *lereagálás* pszichoanalitikus technikái azonban már a büntudat és a szorongás teológiai aspektusaitól mentes álláspontot képviselnek. Visszautalva Kierkegaard Szellem-fogalmára összemérhetetlenségre figyelhetünk fel, hiszen Kierkegaard azt hangsúlyozza, hogy minél több a tudatosság, annál nagyobb a szorongás és a kétségbeesés.⁹ A pszichológiai szorongás eredete viszont egy olyan tudattalan (vagy)rezdülés, mely a tudatba emeléssel veszít affektív erejéből.¹⁰ Freud, a saját bevallása szerint „istentagadó medikus és empirista”, a kényszerneurózisok közé sorolja a vallást (Freud 1982). E radikális kritikának azonban ára van a pszichoanalízisben. Bár a büntudat a szuperegó elnyomó hatalmának köszönhető (és nem egyetemes érvényű) e naturalista antropológiában, a *tudattalan* fogalma azonban újabb mítoszként értelmezhető. A mitikus isteneket mintha felváltot-

⁷ Yalom 2006. 30. Yalom többek közt Russel Noyes vizsgálatait idézi, mely szerint a halálközeli állapotot túlélő személyek 23%-a transzformatív élményként élte meg a halálközeli élményt, és életvitelük jelentősen megváltozott. Yalom 2006. 33.

⁸ A freudi pszichoanalízis kontextusában beszélhetünk a szorongás „okairól” – tudományos, kauzális értelemben –, de filozófiai szempontból érdekesebb *indokokról* beszélni. Az indok kifejezés reprezentálja a pszichoanalitikus mélyhermeneutikában felbukkanó konstruktív elemeket, ugyanis szorongásunk indoka egy terápiás közegben artikulálódik. Az önértelmezés egy dialógusba ágyazódik, és ebben a dialógusban teremtődnek lelki győtreimeink *indokai*, melyek múltbéli emlékek és fantáziák különös keverékeként állhatnak elő a szemlélő tudat csodálkozó tekintete előtt. Lásd pl. Szummer 2012. 3.

⁹ „Minél kevesebb a szellem, annál kevesebb a szorongás.” – olvashatjuk *A szorongás fogalmában* (Kierkegaard 1993a. 52). A tudatosság és a kétségbeesés kapcsolata szintén releváns motívum Kierkegaard-nál: „Minél több a tudatosság, annál intenzívebb a kétségbeesés.” (Kierkegaard 1993b. 51.)

¹⁰ Megjegyzésre érdemes, hogy Kierkegaard a szorongás minőségének vagy erejének tekintetében különbséget tesz a férfi és a nő szorongás között, mintegy az általánosítás eszközével él, majd megállapítja, hogy mivel a nő érzékibb lény, s az érzékiség aránya a szorongásának felel meg, így „[a] nőben több a szorongás mint a férfiban” (Kierkegaard 1993a. 79), de a nő esetében – ellentmondásos módon – ez a szellem minimumát vonja maga után, éppen az ellenkezőjét a korábbiakhoz képest: „Ahol a szépség uralkodik, ott [...] a szellem kirekesztődik.” (Kierkegaard 1993a. 77.) Ez az ellentmondás a diszkrimináció mozzanatán túl mintha Kierkegaard logikai vonalvezetésének hibás folyamatáról árulkodna, itt azonban többről lehet szó. Mégpedig arról, hogy Kierkegaard valószínűleg úgy beszél lélektani és ontológiai szorongásról, hogy nem különbözteti meg őket explicit módon. A fentebb vázolt ellentmondását pedig a következő kijelentéssel oldja fel: „ha az emberben győzedelmeskedik a szerelem [...], az érzékiség szellemivé lényegül, és a szorongás elűzetik” (Kierkegaard 1993a. 94).

ta volna a tudattalan hatalmak befolyása: „A mi korunk szomorú mitológiája a tudatalattiról beszél, vagy – ami még kiábrándítóbb – a tudatalattiságról; a görögök a múzsát idézték meg, a héberek a Szentleket; de mindez egy és ugyanaz.” – írja Borges (idézi Szummer 1993. 206). Freud személyiség-modelljében az egó nem csupán a külvilág nyomasztó hatása miatt szorong, hanem az ösztön-én impulzusai is folytonosan bombázzák az ént, melynek hatására *neurotikus szorongás* léphet fel. Az istenek és istennők tudattalanba száműzésének a jungiánus pszichológia szerint is komoly ára van. Jung szerint az én nem csupán a komplexusaitól, hanem a kollektív tudattalan mélyrétegében szunnyadó *archetipikus erők* betörésétől is szorongó állapotba kerülhet.¹¹ Ezen a ponton visszaköszönhet Freud megállapítása, mely szerint az egót nem csak a természet vak erői bombázzák kívülről, hanem belülről lelki életének éjjeli teremtményei – az ösztönök és hajtóerők – is fenyegetik (Freud 1982).

A szorongás határélménye test és lélek elven kapcsolatára is felhívja figyelmünket. Talán semmi sem nyilvánítja ki jobban a test-lélek elválaszthatatlanságát, mint a szorongás pszichoszomatikus megnyilvánulásai: „A szorongásos betegeknél a félelemre jellemző, visceralis endokrinológiai eseményeket találtak, így pl. fokozott adrenalinkiválasztást.” (Heller 2009. 93.) Ez azt jelenti, hogy a pszichológiai szorongás testi szférában is lezajló jelenség. Sőt talán úgy is fogalmazhatunk, hogy a szorongásos élmények megszegyenítik a karteziánus dualizmust. Csoma Judit Margit a *Zsoltárokból* előforduló pszichoszomatikus jelenségekre hívja fel a figyelmünket, mely arra utal, hogy az Istennel folytatott belső dialógus valóban test és lélek szintézisében megy végbe.¹² Úgy tűnik, hogy test és lélek összeforr a szorongásban és rácáfol a dualizmusra, de érdekes paradoxonra találhatunk Kierkegaard szorongásában. Kierkegaard különös szellemi éberségről és munkabírásról számol be a test-lélek kínjai közepette – szorongása klinikai értelemben megragadhatatlan, egyedülálló jelenség (Marino 2003. 1–2). Kierkegaard számára saját depressziója – szorongásának forrása – „tüske a húsban”, mely azonban írói tevékenységének és vallásos érzületének legfőbb mozgatórugója. Marino arra is rámutat, hogy Kierkegaard szorongása egyfajta családi örökség – mondhatni *archetipikus minta* –, melynek leírására a „betegség-modellt” alkalmazza (Marino 2003. 2). Kierkegaard életpályája szinte kiált a pszichobiográfiai elemzések iránt, ahogy arról a következő 1846-ból származó naplóbejegyzés tanúskodik:

¹¹ A szorongás lélektani magyarázatainak összefoglalóját lásd Csoma 2012.

¹² „A 6. zsoltár 3–4. verseiben a depresszív szorongás ellenére bizalmat keres az imádkozó. Szomatikus és pszichés szenvedés egymással összekapcsolódva legyengíti az embert. Mint ahogy a lélek, a csontok is, az egész csontváz a rémület állapotában van. Az ember tartószervezetét, a csontvázat, az összeomlás fenyegeti. Test és lélek összetartozik, az öszövétségi emberkép nem ismeri a test és a lélek dichotómiáját.” (Csoma 2012. 29.)

A szó legmélyebb értelmében boldogtalan, kezdettől fogva egyik vagy másik, az örület határán mozgó szenvedéshez szögezett ember vagyok, olyan szenvedéshez, amelynek mélyebb alapja az elmém és testem közötti hibás kapcsolat, amely azonban (és ez éppoly figyelemre méltó, mint amennyire bátorító körülmény) nem hat ki szellemre, amely épp ellenkezőleg, az elme és a test közötti feszültség okán rendkívüli mozgékonyagra tett szert (idézi Marino 2003. 3).

A kierkegaard-i szorongás lélektani lényegét figyelmen kívül hagynánk, ha csupán a pszichopatológia szempontjából tekintenénk melankolikus magányára. Marino *a lélektani és a szellemi rendellenesség* kierkegaard-i megkülönböztetésére figyelmeztet, mely Laing számára is heurisztikus értékkel bír. A depresszió mint pszichológiai probléma nem összekeverendő a „szellem betegséggel”, illetve az én önreflexiójával (Marino 2003. 3). Kierkegaard különös szellemi éberség jelenlétéről ad számot, mely mintha felülemelkedne testének és elméjének „hibás kapcsolatán”. Szomorúságát, belső ellentéteit azonban mégsem tudta föloldani az értelem (Szellem) segítségével, hiába fejlesztette tökéletességre elméjét, érző és megfigyelő képességét. Az öngyilkosságra utaló kijelentéséből azonnal kitűnik *a belső és a külső* között feszülő ellentét, a környezethez való alkalmazkodás anomáliája: „Most tértem haza egy összejövetelről, amelynek én voltam a lelke és motorja; ontottam a szellemességeket, mindenki nevetett és csodált – de eljöttem, igen, oly hosszan kellene rohannom, amilyen hosszú a földgolyó sugara – és főbe akartam lőni magam” (idézi Marino 2003. 2). Yalom fenti megállapítását, mely szerint a halál tudata megmenti az embert, árnyalunk kell a naplóbejegyzés fényében, hiszen az öngyilkosság, a teljes (testi-lelki) megsemmisülés gondolata ott motoszkál Kierkegaard fejében, és talán csak átlagon felüli vallásos érzülete és alkotási vágya az, amely visszatartja az önpusztítástól, attól a destruktív folyamattól, mely nem csupán az „alkalmazkodásra képtelen én” *szimbolikus halálát*, hanem az egész élet kioltását eredményezheti. A fentiek alapján inkább úgy fogalmazhatunk, hogy a halál tudatosítása (vagy a lélektani értelemben vett halálszorongás) miatt az egzisztencia pengeélen táncol lét és nemlét között. A kétségbeesés stációinak elemzésével azonban Kierkegaard egyértelműen arra utal, hogy az öngyilkosság (a halál) keresztényi értelemben nem a teljes vég, hanem inkább az ember és Isten közötti szakadék elmélyítésének újabb lehetősége.¹³

A szorongás háttérében Heller Ágnes szerint nem csak konkrét egzisztenciális szituációk, hanem szélesebb társadalmi viszonyok is állnak. A szorongó ember mindig egy-egy történelmi korszak szülötte. „Minél átláthatatlanabbak egy kor társadalmi viszonyai [...], minél inkább fenyegetettnek érzi magát az egyén vá-

¹³ „Keresztény felfogás szerint azonban a halál egyáltalán nem a legvégső dolog, hanem csak apró esemény a létező dolgokon belül, vagyis az örök életen belül.” (Kierkegaard 1993b. 13.)

lasztástól és döntéstől függetlenül működő társadalmi erőktől, annál gyakoribb és általánosabb a szorongás” (Heller 2009. 94). A szorongást egyszerre válthatja ki az egyéntől független, de a tőle függő körülmény is. A modern társadalom (kibontakozása éppen Kierkegaard korára tehető) többé nem determinálja az egyén életútját, az egyénből „bármi és bárki lehet”, hiszen felbomlott a premodern társadalmak hierarchikus rendje. Az egyén véletlenszerű létbevetettségét hatványozza a „bármi lehet” szorongató lehetősége, ilyen módon folyamatos krízishelyzetben találja magát. A társadalmi rend változása egzisztenciálisan elbizonytalanítja az egyént: „A régi kultúra elvesztése olyan vákuumot hozott létre, amelyet az egyes embernek önmagában kellene kitöltenie az élet moralitását is meghatározó értékekkel.” (Csoma 2012. 7) A szerepválság a premodern társadalmakban ritkábban merül föl, mindenki tudja, hogy hol a helye. A jungi analitikus pszichológia is hangsúlyozza, hogy a modern ember korneurózisát a mitikus őstől és a természettől való elszakadás, egyszóval a *gyökértelenség* okozhatja. Úgy tűnik, hogy a modern társadalomban lehet „vagy-vagy-olni”, itt domborodik ki a döntés és a választás bizonytalanságainak problémája.

1. Kierkegaard és az énhasadás problémái

A szorongás azonban nem csupán az eredendő bűn, a depresszió vagy a szerepválság elemzése segítségével közelíthető meg. C. Stephen Evans szerint a brit tárgykapcsolati iskola példaértékű adalékokat nyújthat a szorongás és egy „autentikus-teljes én iránti sóvárgás” vizsgálatához. Ebben a kontextusban a kulcsfogalmaink az énhasadás és az anya-gyerek viszony lesznek. Evans kiemeli, hogy habár Kierkegaard lélektana egyértelműen keresztény alapokon nyugszik, és számtalan értékítéletet mozgósít, mégis erős befolyással bírt a nem keresztény pszichológiai iskolákra. Talán ez a jelenség bátorította fel Evanst arra, hogy párhuzamokat találjon Kierkegaard teológiai lélektana és a pszichoanalízis bizonyos koncepciói között (Evans 2006. 280).

A tárgykapcsolat-elmélet innovációja a freudi pszichoanalízissel szemben az, hogy elveti a tudattalan koncepcióját az ösztönelméletekkel egyetemben. Pontosabban a tudattalan maga is egy fejlődési folyamat eredményeként jelenik meg. A csecsemő ebben a rendszerben differenciálatlan egó-potenciál (Evans 2006. 282). Mitchell és Black rámutat, hogy a pszichoanalitikus eszmék fejlődése egy inga mozgásaként írható le: Klein elhanyagolta az anya szerepét a személyiségfejlődésben, de a Klein utáni tárgykapcsolat-elméletekben már szinte minden baj forrása az anya (Mitchell és Black 2000. 153). Az anya egy személyben az örömmézés és a frusztráció forrása is lehet a kora gyermekkorban, és a belsővé tett anyakép a csecsemő identitásának magjává válik Guntrip szerint (Evans 2006. 282). Az anya-gyerek duálunió azonban nem könnyen elemezhető viszony. Winnicott bevezeti az „elég jó anya” kifejezést, ami egy jól integrált

– narratív koherenciával rendelkező – személyiség anyaképre utal. Ez az anya nem csupán kielégíti a gyermek vitális szükségleteit, hanem szeretetteli viszonyulást tart fenn a kicsivel és éberrel figyel annak élményvilágára, személyes vonásaira (Mitchell és Black 2000. 166). Evans Guntrip kutatásait is említi, aki azt a szituációt elemzi, hogy vajon mi történik abban az esetben, ha a gyerek egy ellenséges anyaképet internalizál? A „gonosz, szadisztikus anyakép” énhasadást teremt.¹⁴ A tehetetlenség, a reménytelenség, az elzárkózás és a melankolikus magány, vagy a belső tárgyak iránti kényszeres ragaszkodás lehet a következménye az anya-gyermek duálunióban bekövetkező hirtelen szakadásnak, esetleg egy negatív anyakép megerősödésének. E hasítások eredményeképpen bizonyos páciensek számára csak a depresszív, búskomor állapot lehet a személyközi kapcsolatok kizárólagos formája. Mitchell és Black számos olyan esettanulmányt közöl, amelyek arra utalnak, hogy a páciens a családi környezetben asszimilálja a pesszimizmust, a rezignációt, a kozmikus magányt és egyéb depresszív lelki állapotokat, majd mindezeket a reaktív mintákat ösztönösen újraalkotja a terápiás kapcsolatban vagy éppen a való életben (Mitchell és Black 2000. 164). Az énhasadás következtében:

A depressziós vagy közönyös, vagy narcisztikusan elégedett szülők gyermeke egyszerűen csak úgy érezheti, hogy maga is depressziós, közönyös vagy narcisztikusan önelégült; ezzel érheti el, hogy kapcsolatba kerüljön szülői személyiségének hozzáférhetetlen részleteivel (Mitchell–Black 2000. 160).

Ezek a fejtegetések szinte egybecsengenek Marino megállapításaival, mely szerint Kierkegaard melankóliájának családi gyökerei voltak. Evans azonban nem pszichobiográfiát alkot a tárgykapcsolat-elmélet kontextusában, hanem egy mérész analógiára hívja fel a figyelmet. A szorongás és a kétségbeesés stációinak kierkegaard-i jellemzése,¹⁵ valamint a pszichoanalitikus terápia egyaránt egy egészséges, integrált „előzetes énre” szeretné visszavezetni a diszfunkcionális, széttöredezett „hamis ént”. Ebben az esetben azonban adódik egy radikális különbség: míg a terápia célja a *bűntudat* okozta belső konfliktusok feloldása, addig Kierkegaard számára a *bűn esszenciális alkotóelem a vallási érzületre alapozott személyiségfejlődésben*, még akkor is, ha elismeri, hogy a gyerekek képtelenek a bűn és a kétségbeesés megélésére (Evans 2006. 293). Evans analógiáját talán úgy foglalhatjuk össze, hogy amíg a tárgykapcsolat-elmélet terápiái egy autentikus, harmonikus, teljes, koherens „előzetes én” után kutatnak a szorongó-szenvedő

¹⁴ Guntrip az ún. „libidinális én” hasadásáról beszél, mely keresi az izgalomkeltő tárgyakat és kötődik hozzájuk. Lásd Mitchell és Black 2000. 160.

¹⁵ A kétségbeesés az Én betegsége, melynek Kierkegaard három alapvető formáját írja le: 1) ha nem tudjuk, hogy van énünk; 2) ha nem akarunk önmagunk lenni; 3) ha önmagunk akarunk lenni. Általános értelemben pedig a kétségbeesés a test és lélek viszonyában beállt törés, vagy „a kapcsolat harmóniájának megbomlása” (Gyenge 2007. 244).

páciens szadisztikus „hamis énje” mögött, addig Kierkegaard célja, hogy nyomasztó hangulatokkal terhes vallási érzületében Isten segítségével váljon autentikus Énné.

Tehát Kierkegaard nem akarja megszüntetni a bűntudatot, sőt éppen az az alapvető egzisztenciális probléma, hogy *nem akarunk szembesülni a bűntudattal, megmaradunk a szellemtelen élet dimenziójában*. Ennek következménye pedig a lelkiismeret hívásának megtagadása és a felelősségtudat elnyomása – állítja Evans (Evans 2006. 294). Evans nem csupán az anya szerepét méltatja az énhasadás előidézésében, hanem úgy gondolja, hogy maga a *bűn* is kauzális faktor lehet a disszociációban. Evans esetében a bűn nem csupán a freudi szuperegó elnyomó aktivitásának köszönhető, hanem inkább azt állíthatjuk, hogy a bűn – mint kollektív-kulturális archetípus – hátráltatja a személyiségfejlődést. A bűn Evans értelmezésében is az önreflexiótól mentes „szellemtelen élet”, melyben az egyén öncsalásaiba burkolódik, és nem akar tudomást venni Isten esetleges jelenlétéről. Tehát úgy tűnik, hogy Evans a tárgykapcsolat-elméleteket teológiai aspektusokkal próbálja kiegészíteni Kierkegaard „objektív szorongás” fogalmának segítségével (Evans 2006. 295). Úgy gondolja, hogy a bűn és a kétségbeesés kierkegaard-i fogalmai nem csak párhuzamba állíthatók az énhasadás pszichológiájával, hanem Kierkegaard nagyobb interpretációs erővel és szélesebb értelmezési horizonttal rendelkezik a pszichológiával szemben (Evans 2006. 295).

A freudi pszichoanalitikus megközelítés szerint a jelenben felbukkanó reaktív minták a *tudattalanban* gyökereznek, ezzel szemben Kierkegaard úgy véli, hogy lélektani gondjaink, szellemünket elhomályosító öncsalásaink az eredendő bűnnel állnak összefüggésben (Evans 2006. 295). Míg az *eredendő bűn* miatt keletkező „énhasadás” egyben a Szellem ébredését vonja maga után Kierkegaardnál, ezzel szemben a tárgykapcsolat-elméletekben a *felelőtlen anyai gondoskodás* olyan énhasadást teremt, amelynek különös ismertetőjele a „szkizoid visszahúzóds”; az elzárkózás a külvilágtól. Evans és Laing kapcsolódási pontokat fedez fel az énhasadás fenti alakzatai között, sőt amint látni fogjuk, Laing egyenesen a szellem betegségeként határozza meg a szkizofréniára jellemző egzisztenciális elszigetelődést.

Ezekben az összehasonlításokban alapvető különbségekre is figyelniük kell. A világtól való visszahúzóds, a melankolikus magány, a fájdalmak lovagvárában időzés – vagyis általában véve a *szorongás fenomenológiája* a szellem ébredésének jele Kierkegaard esetében. Tehát egzisztencialista lélektana gazdagabb nem csupán a freudi reduktív megközelítésnél, hanem a tárgykapcsolat-elméleteknél is, hiszen a test és lélek szintézisét alkotó Szellem problematikája kimarad a tárgykapcsolati iskola diskurzusából. Ráadásul Evans megállapítja, hogy míg Kierkegaard elsősorban a felnőttkori és a kora felnőttkori életet vizsgálja, addig a pszichoanalízis a kisgyermekkorai traumák után kutat. Ugyanakkor Kierkegaard sem tagadja, hogy az eredendő bűn hatással lehet a gyermeki lét fejlődésére is (Evans 2006. 297).

További ellentétek bukkannak fel a terápia lehetősége kapcsán, és ebben az esetben is úgy tűnik, hogy Kierkegaard egzisztencialista-teológiai megközelítése szélesebb horizonton működik. Evans szerint Guntrip esetében felmerül a kérdés, hogy talán az empatikus terápiás kapcsolatok segédkezhetnek a negatív anyakép lebontásában és egy *ősi komfortérzet* visszaállításában. A pszichológus ebben az esetben egyfajta megkésett anyapótlékként funkcionál, aki befogadó, odaadó, figyelmes hozzáállásával segédkezik az én újraalkotásában.¹⁶ De mégis, hogyan lehetne gyógyítani egy univerzális hasadást az énben? – kérdezi Evans (Evans 2006. 298). Sőt felmerül a kérdés, hogy egyáltalán van-e értelme az efféle terápiás regresszióknak, hiszen maga a feltételezett őseredeti egység (mely akár az óceáni érzéssel is rokonítható) egy hermeneutikai konstrukcióként léphet életbe.¹⁷

A pszichoanalízis kontextusában az énhasadás a *szeparációs szorongással* magyarázható. Winnicott leírja egy hét hónapos kisfiú esetét, aki asztmás tüneteket produkált a szeparációs szorongás következtében (Winnicott 1999. 7). Winnicott esetében a leválás drámai élményét csillapíthatja az anya, ha a gyermek illúzióvesztéseit fokozatosan figyelemmel kíséri.¹⁸ A szeparáció kiküszöbölhetetlen és egy egyéni énkép kialakítására vagyunk ítélve. A szeparációs szorongástól szenvedő páciensek szinte visszavágynak az anyaméhbeli őseredeti harmonikus állapotba: „A nemiséget mint elfogadhatatlant megelőzte a gyámoltalanság. Az első dolog, még a jó és rossz előtt, a függőség volt” – írja Adam Philips (idézi Mitchell és Black 2000. 151). A *„hit lovagjának” pátosszal teli kétségbeesése nem állítható párhuzamba a szeparációs szorongással. Amennyiben ragaszkodunk egy ilyen analógia fenntartásához, akkor Kierkegaard istenkeresését egy „elég jó anya” iránti sóvárgás lélektani sajátosságára redukáltuk.* A teológiai komponens így érvényét veszti, a pszichoanalitikus modell eliminálja a bűntudatban és a szorongásban rejlő lehetőségeket, melyek kiaknázása éppen Kierkegaard célja. Ha *regresszióként* értelmezzük a kierkegaard-i szorongást és a kétségbeesés stációit, akkor már meg is fosztottuk az életművet filozófiai-irodalmi gazdagságától, és a pszichoanalitikus nomenklátúra sémáira redukáltuk. *A tárgykapcsolat-elméletekkel vont párhuzam így veszélyes analógiának bizonyul.* Yalom óvatosabban jár el, amikor azt állítja, hogy a

¹⁶ Az empatikus kapcsolat jelentősége Ferenczi Sándor és Bálint Mihály pszichológiájának is az egyik kulcsmozzanata: „az analitikus jelentősége inkább abban áll, hogy mértéktartó szeretetet és gyengédséget nyújt a páciensének, ahelyett, hogy az absztinencia-szabályt követve nem elégtí ki annak szükségleteit és vágyait” (Mitchell és Black 2000. 177).

¹⁷ Előfordulhat, hogy a mélyhermeneutika helyett olykor nagyobb gyógyító erővel bír, hogy ha a páciens tudatát a jelen pillanat köti le, mint ahogy azt például Daniel Stern kutatásai reprezentálják. Lásd Stern 2004.

¹⁸ „A csecsemő csak akkor juthat el az örömelvtől a valóságelvhez vagy tovább, és juthat túl a primér azonosuláson (lásd Freud 1923), ha rendelkezik egy elég-jó anyával. Elég-jó anya (aki nem feltétlenül a csecsemő saját anyja) az, aki *aktívan alkalmazkodik* a csecsemő szükségleteihez, mely aktív alkalmazkodás fokozatosan, annak megfelelően csökken, ahogyan a csecsemő egyre inkább képes kezelni az alkalmazkodás hiányát és elviselni a frusztráció következményeit.” (Winnicott 1999. 10.)

kierkegaard-i büntudat reflexióra késztet, hiszen a kétségbeesés stációiban azt vizsgáljuk, hogy miért nem akarunk önmagunk lenni, milyen lehetőségek előtt menekülünk. Ebben az esetben tehát Yalom megőrzi a kierkegaard-i filozófia esszenciáját (Yalom 2006. 215).

Evans azonban kitart az énhasadás tárgykapcsolati analógiája mellett, de Kierkegaard szempontjából úgy látja, hogy a terápiás kapcsolat sem tökéletes gyógyír az énhasadás orvoslására. Vegyük észre, hogy a terápia mesterséges szituáció. Hogyan segíthetne az énhasadáson egy olyan én, amely szintén a disszociáció bizonyos mértékétől szenved? (Evans 2006. 298.) Evans túl sokat követel a terapeutaától, mintha minden áron belső mag után kutatna a személyiségben, de egyáltalán milyennek is kellene lennie annak a „előzetes énnak”, amely Kierkegaard esetében *transzcendens*, a pszichoanalízis esetében pedig valahol a komplexusok alatti mélyrétegben bujkál? Ha valamit megtanulhatunk a kétségbeesés stációiból, akkor az az, hogy még Isten segítségével sem egyszerű feladat autentikus Énné válni. Ezen a ponton érdemes megjegyeznünk, hogy Kierkegaard szerint *mindenki beteg*, a mindennapi életben talán nem veszünk tudomást láthatatlan szorongásunkról, de a szorongás és kétségbeesés lehetősége mindenkiben ott lappang a Szellem ébredésének köszönhetően. A terápia ezért nem alkalmas gyógyír a szellemi betegségek orvoslására, a terapeuta pedig nem ér többet egy olyan jó barátnál, aki szókratészi szellemben megmutatja az énkép vakfoltjait. A szorongás és melankólia zsákutcájából nem könnyű kilábalni: Mitchell és Black egyik esettanulmányában a páciens elér egy pontra, ahol a remény és vágy szinte felbuzog benne, majd az áttörés helyett a következő pillanatban már arra gyanakszik, hogy az analitikus rászédte és haragot érez iránta (Mitchell és Black 2000. 161).

Evans végül pasztorálpszichológiai alternatívát ajánl, amikor azt hangsúlyozza, hogy Kierkegaard esetében csupán az Isten előtti *teljes transzparencia* és az Isten iránti feltétlen szeretet lehet a kulcs, mely átvezet a szorongás és a depresszió ösvényén (Evans 2006. 298). „A hit nem egyéb, mint az, hogy az Én, azáltal, hogy önmaga, és az is akar lenni, áttetsző módon Istenben alapozza meg magát” – írja Kierkegaard (Kierkegaard 1993b. 97). Evans konklúziójával szemben megállapíthatjuk, hogy a kierkegaard-i szellemi metamorfózis korántsem egyszerű folyamat, hiszen a transzparencia végett átélt melankóliája már-már a *patológia* határait súrolja. Egy ilyen állítással azonban letérünk a szorongás fenomenológiai elemzésének útjáról, ugyanis pszichológiai kontextusban elővételeztük, hogy megkülönböztethető a melankólia viszonylag normális és patológiás élménye. Kierkegaard *ontológiai szorongása* azonban éppen azért érdekes, mert lélektanilag ugyan kategorizálható, de fenomenológiailag mégis kimeríthetetlen és kibogozhatatlan marad.

Podmore a melankólia szempontjából vizsgálja meg Kierkegaard-nál az Én és Isten viszonyát. Podmore egyetért Evansszel abban, hogy a melankólia sötét tükrében végül az Én teljesen áttetszővé válhat Isten előtt (Podmore 2011. 59).

De továbbra is fenntarthatjuk a fenti tézist, mely szerint a kierkegaard-i melankóliában van valami egészen megdöbbentő. Míg a melankólia hagyományos metaforája az énré nehezedező *nyomás* vagy *súly*, addig Kierkegaard melankóliájában van egy furcsa többlet: ebben a nihilisztikus állapotban szinte elszakad a (testi) létezésétől és az élettől, sőt önmagát is tárgyként szemléli. Podmore egy 1849-ben íródott naplóbejegyzést idéz, amelyben Kierkegaard ismét közel kerül az öngyilkosság gondolatához. Vajon elképzelhető-e az a szituáció – kérdezi Kierkegaard –, hogy a melankolikus egyén olyan spontán módon vet véget életének, amilyen közönnyel hirtelen leszakítunk egy virágot egy séta alkalmával? (Podmore 2011. 59.) Podmore értelmezésében ez a gondolatkísérlet arra utal, hogy a melankolikus az örület határához érkezik, én-határai feloldódnak, a világ álomszerű káprázattá válik és olyan „idilli objektivitás” állapotába kerül, amelyben önmagát akár egy apró virággal is összetévesztheti.¹⁹ Érdekes módon a melankólia élvezetforrássá is válhat, egyfajta *esztétikai melankóliává*, mely azonban elválasztja az egyént az Istennel kialakítható autentikus viszony lehetőségétől (Podmore 2011. 59–60). Podmore kimutatja, hogy az Én és Isten közötti viszonyt Kierkegaard nem az Én „panteisztikus elhalványulásán keresztül” képzeleli el. A vallási érzület nem elértékteleníti, vagy éppen magába olvasztja az Ént egy misztikus egyesülésben, hanem a szent tapasztalata teret és függetlenséget ad az Énnek. Ez az a koherens „előzetes én”, amelyet Evans összemér a tárgykapcsolat-elmélet pozitív anyaképével.

Evans analógiája, melyben az Isten előtt kibontakozó Én analóg a pszichoanalízis „elég jó anya” képével, azon alapul, hogy Kierkegaard én-fogalma egy ún. *relációs én-koncepció*. Kierkegaard nem valamiféle karteziánus szellemi szubsztanciaként írja le az ént, hanem az én megvalósítása egy dinamikus folyamat eredménye, ami *kapcsolatok szövetségében* artikulálódik (Evans 2006. 283). Ez az interpretáció talán valóban érvényes a kierkegaard-i „vallásos irányultságú költői egzisztencia” létmódjára, mely már Isten képzetével operál, de ne feledjük, hogy a szorongás és a kétségbeesés fázisai alapvetően inkább mélylélektani szempontokat tükröznek. Gondoljunk csak a zárkózottság szerepére:

¹⁹ Podmore 2011. 59. A Podmore által felvázolt „idilli objektivitás” melankóliája érdekes módon összecseng R. D. Laing leírásaival, aki a szkizofrénia bizonyos fenomenológiai ábrázolásával próbálkozott. Laing szerint a szkizofrénia hajlamos alanyoknál megfigyelhető a tendencia, hogy a szorongásos tüneteket egyfajta *depersonalizációs* és *derealizációs* szakasz váltja fel. A páciens nem érzi élőnek magát, vagy arról számol be, hogy elhagyta testét, a külvilág történései pedig teljesen súlytalannak tűnnek, érzelmi-affektív kapcsolat helyett csupán automatikus viselkedési mintákat ölt magára az alany. A *hiperreflexivitás* is kísérelheti az önmagába roskadás szorongásos fázisait, melyben az illető saját belső állapotait és a külvilág jelzéseit is felfokozott figyelemmel monitorozza. Laing 1965.

De minél szellemibbé válik a kétségbeesés, minél inkább kialakítja a bensőségesség saját világát a zárkózottságban, annál közömbösebb a külső burok, amely alatt a kétségbeesés rejtőzik (Kierkegaard 1993b. 86).

Terápiás szempontból felmerül a kérdés, hogy egy már eleve énhasadástól szenvedő páciens számára milyen reménnyel kecsegtetne egy olyan radikális introverzió, melynek lényege, hogy „az Ént meg kell törni, hogy Énné váljon” (Kierkegaard 1993b. 78). Kierkegaard megállapítja, hogy az emberek reszketnek az egyedüllétől, szinte bünténynek tetszik, ha valakiből sugárzik a szellem. Ezek a megállapítások egyértelműen arra utalnak, hogy a szorongás és a kétségbeesés gyötrelmei közepette Kierkegaard eltávolodott az életvilágtól. Marino is arra fekteti a hangsúlyt, hogy Kierkegaard vallási érzülete egyértelműen introverzióként vagy izolációként írható le pszichológiai szempontból, de Kierkegaard naplójegyzéseiből az is kiviláglik, hogy mélységes vágyakozást érzett a kapcsolatépítésre (Marino 2004). „Sohasem keményedtem meg a szívem egyetlen emberrel szemben sem, ám ha éppen a legmeghatódottabb voltam, mindig azt a látszatot keltem, mintha szívem minden érzésétől idegen és elzárkózott lenne” – írja Kierkegaard a *Vagy-vagy*-ban (Kierkegaard 2005. 42). Amennyiben az önteremtő relációs énkép helyett a melankolikus befelé fordulásra fektetjük a hangsúlyt a kierkegaard-i filozófiában, akkor adódik egy újabb lélektani párhuzam, amelyre Evans nem utal. R. D. Laing *The Divided Self* című munkájában gyakran fellelhetőek Kierkegaard alap gondolatai.

2. Kierkegaard, Laing, és az autentikus én kérdése

Laing a szkizofréniát nem pszichopatológiai szempontból közelíti meg. A pszichopatológiai címkék használata olyan, mintha a lélek forró vizét jéggé fagyasztanánk hirtelen. A patológiai címkék kristályokká merevítik az áramló élményeket, Laing inkább a személyes lét fenomenológiáját próbálja feltárni. A mindennapi létezésben – hangulataiban feloldódó – *személy* Laing szerint nem választható el életkörülményeitől, és nem izolálható mint az anatómia tárgya. A szkizofrénia pedig nem egy organikus betegség vagy vírus, amit az ember elkap, és amiből az orvos kigyógyítja, hanem a „világban-benne-lét” egy bizonyos formája, egzisztenciáléja. A pszichiáter vagy a pszichoanalitikus tárgyiasító tekintete szinte manipulatív módon kiprovokálja azokat a nonkonform viselkedési jegyeket a páciensben, melyek a szkizofrénia „jeleként” értelmezhetőek (Laing 1965. 29–38).

Laing részben Kierkegaard nyomdokain halad, amikor azt hangoztatja, hogy a szkizofrénia fenomenológiájának fő jellemzői az izoláció és a *kétségbeesés*. Sőt a szkizofréniát – igen anakronisztikus módon – a „szellem betegségeként” határozza meg. Laing fogalmi repertoárjában Winnicotthoz hasonlóan megtalálhat-

juk az „igazi vagy belső én” és a „hamis én” kifejezéseket is. A szkizoid alkat a laingi gondolatmenet tükrében szinte magáévá teszi a kierkegaard-i *összemérhetetlenséget* a külső és belső között.²⁰ Laing leírja azt a folyamatot, ahogy a szkizoid alkatú egyén eltávolodik a külvilágtól, leválasztja önmagáról berögzült társadalmi szerepeit – a hamis énjét. E lépésnek azonban van egy „szellemi vetülete”, hiszen életbe lép az én önviszonyulása, a folytonos önreflexió (hipertudatosság). Amit az egyén leplezhet egy társas szituációban, az mégis csak felfakad az elzárkózás magányában. Laing a személyiség széttöredezésének veszélyeit reprezentálja. Úgy gondolja, hogy az önreflexió következtében nem csupán a kifelé mutatott hamis én hullik darabokra, hanem a belső igazi énen belül is létrejöhet egy újabb énhasadás. Nem csak az igazi és a hamis én közötti szakadásról van szó, hanem az igazi én hajlamos egy *szado-mazochisztikus önviszonyulásba* bonyolódni – az egyén a szorongás, a kétségbeesés stációiban találja magát, vagy a melankólia és a bűntudat labirintusában vergődik (Laing 1965. 83). E bezárkózás eredménye, hogy az illető elidegenedik a világtól, nem talál szeretetre, és nem képes spontán módon belebonyolódni a közös élményekbe, kiüresedettnek, kiszáradtnak érzi magát, erőt vesz rajta a nihilizmus, az élet értelmetlensége. „Milyen jelentéktelen és üres az élet” – írja rezignáltan Kierkegaard (Kierkegaard 2005. 32). A depresszív állapotok azonban néha az ellentétükbe csaphatnak át. Laing leírja pácienseinek élményeit, melyek egyfajta énhalál jelképeiként szolgálhatnak: egyik páciense úgy érezte, egygyé válik a természettel, az egész világgal, mások a zenehallgatásban vagy egyéb műélvezetben oldódtak fel. Paradox módon ezek az extatikus állapotok nem nyújtottak megoldást a lelki gyötrelmekre, mert gyakran *szorongás* és *bűntudat* követte az élménybeszámolókat (Laing 1965. 92). A melankolikus magány kilátástalansága és az egységélmény mindenhatósága egyaránt bűntudattal töltötte el az alanyokat, hiányzott az *ontológiai bizonyosság*, egy centrum, az autentikus belső én origója, ami köré felfűzhetnék volna élményeiket (Laing 1965. 93). Érdekes mozzanat, hogy az olvasó Laing fenti megfigyeléseiben szinte Kierkegaard elemzéseinek visszatükröződését láthatja a végtelen és a végesség kétségbeesése tekintetében.

Laing és Winnicott gyakran hasonló jelzőkkel illeti az igazi ént, mely azonban külső-kritikai szempontból tekintve épp oly mitikus-hermeneutikai konstrukció lehet, mint a tudattalan. A belső, vagy igazi én szabadon használja a fantáziát, kreatív, spontán, szerves kapcsolatot létesít a testtel, átéli az élményeket, de a reflexió is fő jellemzője. Az omnipotencia (pszichológiai kontextusban mániás)

²⁰ „Kedves olvasó, talán mégiscsak eszedbe ötlött néha, hogy kételkedj kissé annak az ismert filozófiai tételnek a helyességében, amely tétel szerint a külső a belső, s a belső a külső. Talán már te is hordoztál önmagadban olyan titkot, melyről úgy érezted, hogy boldogságával vagy fájdalomával túlságosan is kedves számodra; semhogy másokat is beavathass.” (Kierkegaard 2005. 9.)

élményével szemben az igazi én *pragmatikus*; a lehetőségek aktualizálása a fő mozgatórugója, tisztában van a fantázia szabad játéka és a megvalósítható lehetőségek közötti határokkal. Ha *hermeneutikai jóindulattal* közeledünk e nézetek felé, akkor talán feltételezhetjük, hogy a belső én koncepciója *terápiás kapcsolatok fenomenológiáján* alapszik, azonban még az irodalmi érzékenységgel átítatott fenomenológia is kénytelen néha alapfogalmakat hiposztazálni, még akkor is, ha szándékosan ködös fogalmakról van szó, mint Kierkegaard Szellem- vagy szorongásfogalma. Evanshez hasonlóan Laing is karakterizál egy autentikus belső ént, mely azonban bizonyos esetekben képtelen kifejezni önmagát a társadalmi és családi szerepekben artikulálódó hamis én-struktúrák felszínén. Laing kritikusan szemléli a pszichiátria pszichopatológiai nomenklatúráját, mellyel kollégái Kierkegaardot deviáns elmének bélyegzik.²¹ Laing számára a szélsőséges introspekció nem csupán „pszichotikus utazás”, hanem egyfajta lelki-szellemi transzformáció lehetősége, mely előfeltétele lehet egy autentikus én kibontakozásának.

IV. TRANSZFORMATÍV MELANKÓLIA?

A fentiek alapján kirajzolódni látszik a kép, hogy a „hit lovagjának” gyötrelmes befelé vezető útja csak részben hasonlítható össze a tárgykapcsolat-elméletek pszichoterápiás gyakorlatával, melyben a fixálódott reaktív minták lebontása a cél. A kierkegaard-i „pszichoterápia” mindenképpen magányos utazásnak tűnik, melynek középpontjában *a bűn miatti kétségbeesés* áll. „A bűn miatti kétségbeesés az ember kísérlete arra, hogy szándékosan mind mélyebbre süllyedjen [...] A bűn maga a kétségbeesés küzdelme; ha azután fogytán az ereje, újabb hatványozásra, önmagába való új, démoni bezárkózásra van szüksége, és ez a bűn miatti kétségbeesés. E továbblépés, a démoni fokozódása, és természetesen elmélyülés a bűnben.” (Kierkegaard 1993b. 127.) *A bűnben való elmélyedés egyfajta alkivilági apoteózisként értelmezhető a kierkegaard-i filozófiában, ez a felfogás pedig az egzisztencialista pszichiátriában is mérvadóvá válik.* Yalom pszichológiai párhuzamok egész sorát vonultatja fel a bűntudat kierkegaard-i koncepciója kapcsán: „Az önvizsgálat (a bűnösség tudatossága) csökkenti a kétségbeesést” –

²¹ 1944-ben Abraham Myerson bostoni pszichiáter Kierkegaard bűnről szóló fejtegetéseit egy „deviáns elme szkizoid és bizonyossággal a végsőkig felfoghatatlan prezentációjának” bélyegzi. Laing számár azonban Kierkegaard fejtegetései teljesen világosnak tűnnek, sőt pszichotikus páciensei kaotikus nyelvezetében is felfedezi a jelentésmagot (Laing 2004. 31–32). „Hiszen ha elmém készséggel fogadja be Kierkegaard-t, akkor ugyanaz a pszichopatológia az osztályrészem, szkizoid vagyok, vagy még annál is rosszabb.” – írja Laing a normalitás és az örület határain tűnődve (Laing 2004. 34).

írja Yalom (Yalom 2006. 215). Ez azonban nem feltétlenül arany szabály, hiszen fentebb Laing nyomán is láttuk, hogy a büntudat (a szellem ébredése) egyrészt valóban reflexióra készítet, de egy szado-mazochisztikus ördögi körbe is zárhatja az embert, melynek melankolikus hangulatai akár az öngyilkossághoz vagy nihilisztikus apátiához is vezethetnek. Yalom még Otto Rankot és Rollo May-t idézi, akik szintén építő jellegűnek tekintik az egzisztenciális büntudatot, de a büntudat keltette szellemi öntudatoság nem feltétlenül vezet az igazi-belső én numinózus megjelenéséhez. Nem könnyű feladat a szorongás és büntudat depresszív élményei közepette rendíthetetlen éntudatra szert tenni, e folyamatot nem tekinthetjük egyszerű *transzformatív dinamikának*, hiszen az önteremtés mögött gyakran ott a szorongás semmije, a lét mögött a nem-lét kimondhatatlan mélysége tátong, mely nem tekinthető minden körülmények között pozitív hajtóerőnek. Ebből a szempontból az egzisztencialista pszichiátria mintha túlértékelné a büntudatban rejlő transzformáció lehetőségét, de a kierkegaard-i melankólia és a szuicidium dilemmái egy nyitott kérdésre, egy *vakfoltra* mutatnak rá. E vakfolt maga az *ontológiai szorongás*, mely a lélektani szorongással szemben mélyebb filozófiai gyökerekkel rendelkezik. Kierkegaard melankóliájának vissza-visszatérő eleme dolgozatunkban épp e dilemma sejtetését szolgálta. *Vajon milyen külső-belső hajtóerő hatására válik valaki a nihilizmus, a szorongás közepette „kétségbeesetten önmagává”?* E folyamat érzékeltetésére számtalan pszichodinamikai és egzisztencialista modellt találhatunk, de mint nyitott filozófiai kérdés, alighanem megválaszolatlan marad. Az individuális „igazi én” genezisének, az önteremtés kérdésének dilemmáiról a pszichoanalitikus modellekkel szemben talán továbbra is gazdagabb képet kaphatunk az irodalom és a költészet fenomenológiáján keresztül, ettől eltekintve Evans vagy Laing esettanulmányai mindenképpen pozitív adalékkul szolgálnak az egzisztencialista lélektannak.

IRODALOM

- Bálint Mihály 2012. *Az őstörés: a regresszió terápiás vonatkozásai*. Budapest, Animula.
- Casement, Ann 1998. *The Qualitative Leap of Faith: Reflections on Kierkegaard and Jung*. In Ann Casement (szerk.) *Post-jungians Today: Key Papers in Contemporary Analytical Psychology*. London, Routledge. 68–82.
- Csoma Judit Margit 2012. *A szorongás jelenségének teológiai és pasztorálpszichológiai szemlélete a 20. században*. (Doktori disszertáció) [[http://ganymedes.lib.unideb .hu:8080/dea/bitstream/2437/127533/1/Doktori értekezés – Csoma.pdf](http://ganymedes.lib.unideb.hu:8080/dea/bitstream/2437/127533/1/Doktori%20ertekezes%20-%20Csoma.pdf)] utolsó hozzáférés: 2013. augusztus 31.
- Csürke József 2011. *A lótuszszövő eszmélése: krízis és önmeghaladás*. Budapest, Oriold és Társai Kiadó.
- Dévény István 2003. *Søren Kierkegaard*. Máriabesenyő-Gödöllő, Attraktor Kiadó.
- Evans, C. Stephen (szerk.) 2006. *Kierkegaard on Faith and the Self: Collected Essays*. Texas, Baylor University Press.
- Ferreria, M. Jamie 2009. *Kierkegaard*. Oxford, Wiley-Blackwell.

- Földényi F. László 2003. *Melankólia*. Pozsony, Kalligram.
- Freud, Sigmund 2011. *A halálöszön és az életöszönök*. Ford. Kovács Vilma. Budapest, Belső Egészség.
- Freud, Sigmund 2011. *Az álomról*. Ford. Ferenczi Sándor. Budapest, Hermit
- Freud, Sigmund 1982. Rossz közérzet a kultúrában. Ford. Linczényi Adorján. In *Sigmund Freud: esszék*. Budapest, Gondolat.
- Fromm, Erich 1995. *Pszichoanalízis és vallás*. Ford. Szigeti Miklós. Budapest, Akadémiai Kiadó.
- Garff, Joakim (szerk.) 2004. *SAK*. Ford. Bogdán Ágnes, Soós Anita. Pécs, Jelenkor Kiadó.
- Gyenge Zoltán 1996. *Kierkegaard és a német idealizmus*. Szeged, Ictus.
- Gyenge Zoltán 2007. *Kierkegaard élete és filozófiája*. Máriabesenyő-Gödöllő, Attraktor Kiadó.
- Heller Ágnes 2009. *Az érzelmek elmélete*. Budapest, Józsefvég Műhely Kiadó.
- Hopland, Karstein 2009. *Corporeality, Consciousness and Religion: A Study in Søren Kierkegaard's Anthropology*. VDM Verlag.
- Jung, C. G. 2005. *A nyugati és keleti vallások lélektanáról*. Ford. Dr. Pressing Lajos. Budapest, Scolar.
- Jung, C. G. 1993. *Aión – Adalékok a mély-én jelképiségéhez*. Ford. Viola József. Budapest, Akadémiai Kiadó.
- Jung, C. G. 2010. *Gondolatok a szenvedésről és a gyógyításról*. Ford. S. Nyírő József. Budapest, Kossuth Kiadó.
- Kierkegaard, Søren 1993a. *A szorongás fogalma*. Ford. Rác Péter. Budapest, Göncöl Kiadó.
- Kierkegaard, Søren 1993b. *A halálos betegség*. Ford. Rác Péter. Budapest, Göncöl Kiadó.
- Kierkegaard, Søren 1986. *Félelem és reszketés*. Ford. Rác Péter. Budapest, Göncöl Kiadó.
- Kierkegaard, Søren 2005. *Vagy-vagy*. Ford. Dani Tivadar. Budapest, Osiris Kiadó.
- Kotowitz, Zbigniew 2005. *R. D. Laing and the Path of Anti-Psychiatry*. London and New York, Routledge.
- Kristeva, Julia. 2007. A melankolikus képzelet. *Thalassa* 18/2–3. 29–50.
- Laing, R. D. 1965. *The Divided Self: An Existential Study in Sanity and Madness*. London, Penguin Books.
- Laing, R. D. 2002. *Self and Others*. London and New York, Routledge.
- Laing, R. D. 2004. *Bölcsék, balgák, bolondok*. Budapest, KönyvFakasztó Kiadó.
- Laing, R. D. 2007. *Az élmény politikája – Az édenkert madara*. Budapest, KönyvFakasztó Kiadó.
- Marino, Gordon D. 2003. Láthatóvá tenni a sötétséget. A kétségbeesés és depresszió különbsége Kierkegaard *Naplóiban*. Ford. Kiss Andrea. *Magyar Filozófiai Szemle* 47/1–2. 101–112.
- Marino, Gordon D. 2004. Anxiety in *The Concept of Anxiety*. In A. Hennay – G. D. Marino (szerk.) *The Cambridge Companion to Kierkegaard*. Cambridge, Cambridge University Press.
- May, Rollo 1994. *The Discovery of Being: Writings of Existential Psychology*. W. W. Norton & Company, USA.
- Mitchell, S. A. – M. J. Black, 2000. *A modern pszichoanalitikus gondolkodás története*. Ford. Dr. Balázs-Piri Tamás. Budapest, Animula.
- Nietzsche, Friedrich 1996. *Adalékok a morál genealógiájához*. Ford. Romhányi Török Gábor. Budapest, Holnap Kiadó
- Ornstein, Paul H. 2010. *Bálint Mihály egykor és most*. Ford. Kőváry Zoltán, Róka László. *Thalassa*. 21/3. 5–16.
- Podmore, Simon D. 2009. Kierkegaard as Physician of the Soul: On Self-Forgiveness and Despair. *Journal of Psychology and Theology* 37/3. 174–185.
- Podmore, Simon D. 2011. *Kierkegaard and the Self before God: Anatomy of the Abyss*. Bloomington, Indiana University Press.
- Stern, Daniel N. 2004. *A jelen pillanat*. Budapest. Animula.
- Szumner Csaba 2012. Freud kettősége. *Imago Budapest* 23/3. 55–72.

- Szummer Csaba 1993. *Freud nyelvjátéka. A pszichoanalízis mint hermeneutika és narráció*. Budapest, Cserépfalvi Kiadó.
- Tengelyi László 1992. *A bűn mint sorsesemény*. Budapest, Atlantisz Könyvkiadó.
- Tillich, Paul 2002. *Rendszeres teológia*. Ford. Szabó István. Budapest, Osiris Kiadó.
- Thompson, M. Guy 1997. The Fidelity to Experience in R. D. Laing's Treatment Philosophy. *Contemporary Psychoanalysis* 33/4. 595–614.
- Winnicott, D. W. 1999. *Játszás és valóság*. Budapest, Animula.
- Yalom, Irvin D. 2006. *Egzisztenciális pszichoterápia*. Budapest, Animula.
- Yalom, Irvin D. 2013. *A terápia ajándéka – Műhelytitkok*. Budapest, Park Könyvkiadó.