

TESTSÚLYTALAN

A súly és a súlytalanság jelentésrétegei irodalmi művekben

Szili Katalin

Írásomban a súly és súlytalanság fogalmának jelentésrétegeit vizsgálom, a pszichés és fizikai súly-testsúly jelentéseit, illetve ezek kapcsolódási lehetőségeit. Vizsgálódásomban hangsúlyt fektetek az elsődleges és másodlagos folyamatok viszonyára és a kötődés szubjektum létrehozó szerepére. Analitikus elméleteken alapuló írásomat irodalmi alkotások és terápiás példák segítségével illusztrálom. Szándékom a témával kapcsolatos asszociációs lánc elindítása az olvasóban: nem kész elméletet mutatok fel, inkább kapcsolódási pontokra mutatok rá, és teszek fel velük kapcsolatban így kérdéseket.

Testsúly és pszichés súly

A súly fogalma egyrészt, mint valós, fizikai testsúly értendő ebben a kérdéskörben, illetve mint pszichés analógia. Nyelvünk számtalan példáját kínálja a pszichés értelmezéseknek megfelelő metaforáknak a súly átvitt jelentéseit illetően. A fizikai testsúly érzékelése, élménye számtalan pszichés következménnyel jár.

Súlyunk csak a földön van, a földöz *képest*: éber állapotban a talajon léve, az alátámasztáshoz képest mindig érzékelhető, mintegy állandó bizonyosságaként testi létezésünknek. A súly meghatározó a helyváltoztatásban is: a lendület fizikai képletében szorzótényező. Súlypontunk testünk középpontja, segítségével egyensúlyban tarthatjuk magunkat testileg, s így megvédhetjük az eleséstől, az (egyen)súlyvesztéstől. A súly a nyomhagyáshoz és így a tér megmentéséhez is szükséges feltétel: „*a tér a személyes nyomokon keresztül válik érzékelhetővé*”, állítja Kállai (1998:192), példaként említve a világot bejárt képet a holdfelszínen levő űrhajós bakancs nyomáról. A súly fogalmának van negatív értelme is: a súly nehézsége földre húzhat, lenyomhat; cipelhetem, ahogy *mindenki a maga keresztjét*. A depressziós ember pszichésen súlyos tehernek él-

heti meg magát a környezete számára, de fizikailag is nehéznek éli meg testét – függetlenül objektív testsúlyától.

Másrészt utalhat a súly mint kifejezés valaminek az értékére, az érték minőségére is. A súlytalan gondolat komolytalan, illetve értéktelen; ugyanakkor a súlytalan műalkotás lehet vidáman könnyed is: ilyen a habkönnyű nyári film.

Ezt a jelentést továbbgondolva juthatunk el a személyre vonatkozó pszichés súlyig: akinek súlya van, azt komolyan veszik, komolyan veheti önmagát. Pszichés súlyunkat, jelentésünket pedig szüleinktől nyerjük a szelffejlődés folyamán.

Testsúly és szelffejlődés

Testünk súlyát a valamivel való érintkezés során érzékelhetjük. Ha lefekszem, érezhetem, hogy nyom az ágy, és én éppen úgy nyomom, a felület alátámaszt, és én beleolvadhatok súlyommal. Érezhető a súlyom a másikkal való testi kontaktusban is, súlyt adok át vagy kapok, erőt fejtök ki, hogy megtartsam őt, és így a másik átadott súlyán keresztül magamét is érzékelem. Két lábon állva egyensúlyomat igyekszem megtartani súlyos végtagjaim, törzsem mozgatásával. Súlyunkról mozdulataink, izmaink feszessége és ellazulása tudósít, a propriocepció rendszere, melynek agykérgi felépítése a látásének megfelelő bonyolultságú. A propriocepció alapvető szerepet játszik a testséma kialakulásában. Ha a szelf-fejlődés storni rendszerében (Stern, 1985) gondolkozunk, akkor a súly már jelen van a felbukkanó szelf érzetében is, hiszen a születés pillanatában a súlytalanság állapota megszűnik a méhből való kikerüléssel, majd a szülőcsatorna nyomása múltával a gravitáció erejét a test teljes mértékben érzékelheti. Ez az érzékelés a vitalitás affektusokon keresztül történik. De a súly később is jelentős szerepet játszik a különféle vitalitás affektusok létrejöttében, ilyen egy súlyos érzés, egy könnyed mozdulat, egy elnehezdedő kapcsolat. Az egységes testsúly, illetve az egyes testrészek súlyának érzékelése a szelfkoherencia, majd a szelf-mag kialakulásában játszik szerepet, a nem fragmentált, egységes test érzetének a létrejöttében. A szelfkoherencián kívül a szelf-mag egy másik alkotójában is jelentőséget kap a testsúly érzékelése, ez a motoros szelf, mely az egész élet során jelen van az implicit (procedurális) emlékezet részeként.¹

A szelfkoherencia sérülése deperszonalizációt, fregmentációt hozhat létre, pszichotikusoknál szimbiotikus élményt, vagy a saját test idegennek való meg-

⁴¹ Feltételezhetjük, hogy ezek a vitalitás affektusokon keresztül érzékelt testi érzetek, amit Stern (1985) a későbbiekben az implicit memória részeként kezel, megfelelnek a Damasio (1996) által somatikus markereknek nevezett testi emléknymoknak. Erre Damasio is utal egy későbbi írásában (2000: 287.)

élését, a saját testben levés furcsa, kényelmetlen érzését. Mintha a saját test súlya sem az énhez tartozó lenne. A depressziós ellenben nagyon is érzékeli saját súlyát, sőt sokkal nehezebbnek éli meg testi önmagát: a szelf-koherencia megmarad, de a vitalitás affektusokból mintha csak a gravitációt hangsúlyozók kerülnének a tudatosulás szintjére.

Súlyomon kívül van még egy meghatározó jelenség, ami kíséri testemet: ez pedig testem árnyéka – mely határaiban testemmel azonos, ám térfogata nincs: súlytalan. A tudattalan énrész jungi elnevezése pedig: árnyék. A tudattalan birodalmában lévén időtlenség és tértelenség, a gravitáció törvénye sem érvényesül: tehát repülhetek – akár az angyalok, akiknek pedig, tudjuk, akár a szellemeknek, nincs árnyékuk, és lábnyomot sem hagynak maguk után. Hiszen ők maguk is valamiféle árnyékok.

A tudattalan árnyék azonban a test árnyéka, így a test is lehet a tudattalan megjelenítője. A test fizikailag állandóan jelenlevő és súlyos létével is szimbolizálhatja a tudattalant. A pszichoanalitikusok által használt értelemben a test a tudattalan konfliktusok hordozójaként kerül be a diskurzusba (Erős, 2004). A test úgy is tekinthető ezt továbbgondolva, mint egy szöveg, amin a saját vagy bizonyos – legtöbbször patológias – esetben a másik érzéseit olvasom.

A thalassális létezés

A tudattalanban a tér és idő törvényei megváltoznak, így a súly érzékelése és szerepe is módosul. Hogyan tudjuk ezeket az észlelésbeli változásokat és pszichés következményeit összeegyeztetni a freudi tudattalan felfogással? Freud a lelki működésmódokat a tudattalant uraló elsődleges és az ezekből kifejlődő tudatos, másodlagos lelki működésmódokra osztotta.

Az elsődleges lelki működésmód szerint a kívánás a cselekvéssel azonos, a vágy azonnal kielégül, az örömet nem kell a valósághoz igazítani. Ferenczi (1982) szerint ez az elsődleges pszichés működés egyaránt megtalálható a méhen belüli életben, az álom és a fantázia területén, a nemi életben, illetve a művészetben, de különösen a mesében. Jó esetben csecsemőkorban is átéli a feltétlen omnipotenciát a gyermek, de ehhez szüksége van már saját fantáziaműködésére is. Bálint (1997) szerint a Ferenczi által leírt létmódok szimbolikusan azonosnak is tekinthetőek, tehát: a gyermekét biztonságban tartó anya karjában való, a méhen belüli és a thalassális létezés. Jádi (1999) rámutat, hogy Ferenczinél a szeretkezés az anyába való visszatérés szimbolikus realizálásaként is értelmezhető.

Ferenczi (1997) Thalassa koncepciójában a szeretkezés során létrejövő regresszió az anyaméhhez és az őstengerhez való visszatérés vágyának teljesülése, s az erotikus valóságérzékelés fejlődésének végeredménye. A thalassális létezés az őstengerben való lebegés, a méhen belüli állapot szimbóluma.

A szeretkezés előjátéka, az ölelés és a simogatás azonosításként és határeltörlésül is szolgál, az egybeolvadás előkészítéseként. Másrészt a megismerés a biztonságérzetet is növeli, otthonossá teszi a „terepet”. A férfi azt élheti meg, hogy értékes szerve, „öröm-énjének képviselője” (Ferenczi 1997:31.) nem kerül veszélybe, hiszen olyan nőbe helyezi, akivel énje azonosította magát. Az együttes mozgás – akárha a két test egy lenne – is ezt az azonosulásérzést fokozza. A másik teste szeretkezéskor egyfajta közeg – vízanalóg közeg – is így. A férfi genitálszekrénum a méhbe, a vágyott thalassális állapotba visszajut, fizikálisan sikerül neki, ami a férfi énjének csak szimbolikusan. Ezért feltételezhető az én és az exkrétum között is egy azonosítási folyamat. A nemiség fejlődését Ferenczi az anyaméhbe való visszakerülés törekvésének kiteljesedéseként tekinti. A szeretkezéskor ez a vágy teljesül, regresszió jön létre. A közösülés során ez a regresszió háromféle módon történik meg: az egész test hallucinatorikusan, a pénisz, amellyel a szervezet azonosítja magát, szimbolikusan, a genitális szekrénum pedig reálisan is az anyaméh belsejébe kerül. Ez a hallucinatorikus és szimbolikus vágyteljesülés a közösülés libidinózus része. Ez az erotikus valóságérzék fejlődésének legfelsőbb foka, realizálódása. (Ebből a szempontból egyértelművé válik az Ödipusz vágy természetessége is.)

Elmélete alátámasztásául Ferenczi emlékeztet arra a biológiai tényre, hogy a vízben élő állatoknál még nem fejlődik ki olyan genitális szerv, amely az egymásba hatolást elősegítené – ők még nem vágnak vissza az anyaméh-thalassába, hiszen még benne vannak. „Az anya tehát ... a tenger szimbóluma ... nem pedig megfordítva.” (uo. 75.) és: „A magzatvíz az anya testébe „introjiciált” tengert ábrázol, amelyben ... a(z) ... embrió úszkál és mozog, mint hal a vízben.” (uo. 78.).

Az álom, a neurózis és a mítoszok, mesék nyelvében a koitusz és az intrauterin lét érzései egyaránt az úszás, a repülés, a lebegés érzeteivel fejlődnek ki. Ferenczi a thalassális regresszió, az ősidőben elhagyott tenger iránti vágy beteljesülésének tekinti a szeretkezést.

A Ferenczi által leírt thalassális létezéssel szimbolikusan azonosnak tekinthető Bálint (1997) szerint a magzat és az újszülött létmódja: a méhen belüli és a gyermekét biztonságban tartó anya karjában való létezés. Bálint azzal, hogy a Ferenczi által leírt létmódokat szimbolikusan azonosnak tekinti, a születés utáni interszubbjektív teret is hozzáadja a thalassális sorhoz. Érvényesnek tekinthetjük ezt, ha a lelki működésmódok szerint vesszük sorba az emberi élet különböző területeit: ugyanis mind a thalassális létben, mind a korai pszichés fejlődés időszakában az elsődleges működésmódok érvényesek.

Ferenczi ezen elsődleges működésmód szerint különíti el a valóságérzékelés különböző fejlődési fokait. Születés után a mágikus hallucinatorikus mindenhatóság időszakának működésmódja segít fenntartani az onnipotencia érzését és a valóság kizárását, majd az én és külvilág elkülönülésétől kezdve a mozdulatok a mágikus taglejtések mindenhatósági időszakában, végül a sza-

vak, illetve gondolatok válnak varázsos erejűvé: ez utóbbi a mágikus gondolatok és szavak időszaka.

A thalassális létezés az őstengerben való lebegés, a méhen belüli állapot szimbóluma. Ebben az állapotban a súly érzékelhetetlen. Ez az elsődleges működésmód birodalma.

Súlytalanság és omnipotencia

Súlytalanságban nem érvényes a gravitáció földi törvénye: a realitástól való elszakadás lehetősége ez. Tér és idő léte egymást feltételezi: az időtlenségben a tér is meghatározatlan. Ha sehol se vagyok, akkor akárhol lehetek, nem kötődöm a földhöz, a földi téri-idői törvények nem érvényesek rám, a gravitációtól elszakadhatok: súlyom sincs. Álomban repülhetek, transzban megélhetem az extrém könnyűség élményét. A magzati lét a vízben való lebegés állapota. Ez a vízzel körülvett állapot a legteljesebb omnipotenciát biztosítja. Relaxációs terápiáknál is gyakran történik utalás a súlytalanság megélésére a transz létrejöttének megkönnyítésére.

A vízzel vagy levegővel való teljes körülvettség állapotaiban az elsődleges folyamatoknak megfelelően működő szubsztrátumok illetve szubsztanciák vesznek körül: határtalanul átjárható, határt nem állító homogén anyagok, egyik része épp olyan, mint valahol máshol, és mivel nincs viszonyítási pont, mindenhol vagyok egyszerre. A tudómban lévő levegő egyszerre van kívül és belül, a külső víz is a testemben folytatódik. Átjárható a külső és belső világ, realitásuknak egyenlőképpen van joguk. Az én–nem én egyszerre tapasztalható meg. Ez az állapot harmonikusan összemosza az ént a külvilággal. Bálint (1997) felhívja a figyelmet arra a tényre, hogy ezek a szubsztanciák nem károsíthatóak, az agresszió nem semmisíti meg őket, tehát ez a tér kívül – elébb? – van az agresszió világán. A levegő mindennapi létünkben is a légzés által változtat minket, testünket, leginkább a bennünk levő folyadékot, vizet. A beszéd mint a levegő formába öntése, mint egyfajta formaválasz a létezésre jóval későbbi fejlődésbeli állapot terméke.

Bálint (uo.) felidézi ennek kapcsán, hogy a repülési álmok valójában könnyed lebegésről szólnak, tehát hasonlatosak a méhen belüli léthez. Ez a tér, habár tárgyakat nem tartalmaz, barátságos üres tér. Ijesztő üres térré az elfojtás, az ellentétbe fordítás teszi szerinte.

Az esetlegesen szorongató üres tér, körülvevő környezet megélhető azonban telítettnek, szubsztanciával telinek is. A súlytalanság állapotában ezek a körülölelő anyagok a víz és a levegő. A test belsejében megváltozik az üres tér minősége: a víz még jelen van, de a tárgyak is megjelennek már, és ezeknek, akár a szerveknek, súlyuk van. A víz és a levegő az elsődleges folyamatok szerinti működésmódot segítik elő a térhez és testünk felületeihez való viszo-

nyukkal. A súlytalanság érzetét mint regresszív állapotot terápiásan is használhatjuk a progresszió érdekében, akár ezeknek a szubsztanciáknak a segítségével.

A személyiségfejlődés azonban a saját súlyra való ráatalálással kezdődik, a súlytalanságtól való elszakadással. A szelfszerveződésnek ez az egyik legelső lépése: a saját test súlyának szelférzete a szubjektum fizikai létének alapbizonyítéka. Ez az érzet azonban éppúgy interszubjektív eredetű, mint a szelf későbbi elemei, s nem csupán a súly átvitt, hanem valós jelentésében is. A babák édesanyjuk karjában tesznek szert súlyra, írja Kelley-Lainé (1997) Peter Pan meséjét elemezve, a súly átvitt értelmét használva itt. De amikor a gondozó felemeli és megtartja a babát, a súly fizikai érzete érződik a gyermekben, és a súly megtartásának hogyanja az implicit kapcsolati tudás részévé válik. Ezen a ponton találhatjuk meg a súly fizikai és átvitt értelmének a találkozását. Az omnipotencia feladása, a súlytalanságról való lemondás tehát a biztonságos interszubjektív kapcsolat eredménye lehet: kapcsolat szükségeltetik ahhoz, hogy lemondjunk ezekről. Ugyanakkor a vágy a thalassális létbe mindig megmarad, s tárgyvesztés esetén újra előtérbe kerülhet.

Az elsődleges működésmódok tehát patológias lelkiállapotokban is visszatérhetnek. Az alvás és az álom a csecsemő hallucinatórikus mindenhatóságának maradványai, a pszichózisok hallucinatórikus vágyteljesülése ennek patológias formája. A pszichózis rögzítődési pontját a mindenhatóság végleges feladásának időpontjába, a valóságérzék kivetítő időszakába helyezi Ferenczi, ugyanis a pszichotikus a külvilágba helyezi saját vágyait és gondolatait. Ezek szerint a hisztériás konverzió a mágikus taglejtések mindenhatósági időszakának visszatérte, a kényszerneurozíz pedig az én egy részének a mágikus gondolatok és szavak időszakába történő regressziója.

Az énben mindig jelen van a vágy, hogy visszatérjen a méhen belüli mindenhatóság állapotába.

A szexualitásban a feltétlen mindenhatóság érzése az autoerotizmusban és a nárcizmusban jelenik meg. A tárgyerotika mellett a nárcizmus továbbra is jelen van, s tárgyvesztés esetén ez fel is erősödik (Ferenczi, 1982).

Az én testem – az ő érzése

A narcisztikus sérülést mint poszttraumás hatást elemzi Ferenczi Naplójában (1996). A trauma nem önmagában traumatizáló, hanem az ezt követő hazugsággal, eltagadással az, melyet a gyermek érzelmi elhanyagolásként, egyedül-létként, megcsalásként él meg. Az erre ébredő gyilkos indulatnak nincs reális levezetési lehetősége: „ölni lehetetlen”. Megoldásként önmaga halála (önpusztítás) kínálkozik, vagy azonosulás a traumatizáló személlyel, mintegy védekezésként. Tehát érzelmi szinten vágy a tárgy megölése – „*én létezem, ő nem*”

– vagy önmaga érzelmi megölése: „Nincs saját érzésem, az élet valaki másnak az élete” kínálkozik. A „*Poszttraumás hatás: azonosulások (felettes-ének) saját élete helyett*” (uo. 79.). Ez utóbbi megoldás hozza létre a saját érzések valóságosságának és/vagy jogosságának megkérdőjelezését a későbbi élettörténetben, súlyosabb esetben pedig pszichózishoz, szkizofréniához vezet: „*A szkizofrénia nem más, mint ... mimikrireakció, az önérvényesítés ... helyett ... a szkizofréniát valójában már az előtt éri trauma, mielőtt saját személyiségük lenne.*” (uo. 159.). A pszichotikus lyuk az, ahol a személy nem önmaga, az, ami üres, s így súlytalanabbá teszi a személyt magát.

Jádi így ír erről (1998: 50–51): „*a saját szubjektumnak a másik reális objektummá válása a pszichózisban figyelhető meg.*”

A mély regresszió jellemző megélését tükrözi a Ferenczi által leírt élmény: „*Olyan borzasztóan egyedül vagyok, persze, hisz még meg sem születtem, az anyaméhben lebegek.*” (1996: 206.). A traumától hallucinatorikus állapotba, egyfajta transzba kerülni, ismerős élmény minden ember számára. A barátságos üres tér ebben az érzésben ijesztő üres térré válik, ahol az egyedüllét az érzelmi magányt jelenti. A helyzetre a gyermek nincs ráhatással, nincs közeg, ami mozdulna mozdulatára, kiüresedik a tér. A helyzetet megértő énrész eltávolodik az én többi részétől, s ez a fragmentum mint „*asztrális töredék*” (uo. 210.) végtelen messziről, szinte az űrből figyeli a történéseket. Az asztrális töredék, mivel az űrben van, érzelmileg is és fizikálisan is súlytalan én-nézőpont-hely.

Így a fejlődő psziché intellektuális részére is hatással bír az élmény: „*A gyermek látja a szülőket: küzdeni (értelmetlen, örültség). Ha ezt belátom, akkor szülők nélkül maradok; ez azonban (a gyermek számára) lehetetlen. Ezért a gyermek pszichiátrerré válik, aki az örüllet megértően kezeli, és igazat ad neki.*” (uo. 180.) Ez a bölcs csecsemő fejlődéstörténete, akinek intellektuális fejlettsége jóval meghaladja érzelmiét. A trauma következtében fellépő érzelmi regresszió az intellektuális képességek progressziójával jár együtt: így az érzelmek lehasadnak az intellektusról.

Kristeva (1987) a szkizofréniás fragmentáció egyik jelenségének tekinti a narcisztikus depressziót. Ebben az elveszett másik válik alter-egóvá: a valódi tárgykapcsolat kialakulása előtt az én a másik *hiányához* kezd kötődni. Ennek jelképe a *fekete nap*, mely, mint egy fekete lyuk súlypontként működik a személyiségben, s a freudi halálösztonnek felelhet meg.

Andre Green *halott anya* koncepciója (1999) is *pszichotikus lyukakról* ír a személyiségben., és *fehér depresszió*nak hívja a transzgenerációs trauma következtében fellépő tünetet, illetve lelkiállapotot. A *halott anya* koncepció nem az anya halálára, hanem a gyászban lévő anyára utal, aki újszülötte anyjaként a gyászt és a hiányt közvetíti alapérzésként és legegélybb minden érzés – a gyermek saját érzése – előtt is. Az anya a kapcsolatban nincs jelen, illetve csak a hiányon keresztül van ott. A transzgenerációs trauma így fantomként vándorol, súlytalan szellemként szülőről gyerekre.

A korai sérülés ezen esetével a kurrens korai kötődésvizsgálatok sokat foglalkoznak; akár Fonagy transzgenerációs traumaelmélete, akár az alap pléhpo-fa kísérletre is utalhatok itt. A pléhpo-fa kísérlet az anya érzelmi jelen-nem-létét imitálja. A gyerek zavarodottsággal reagál, majd úgy tesz, mintha nem lát-ná anyja állapotát, tehát már ő sincs jelen: nem reagál a valóságra, illetve nem a valóságra, a valós érzelmi helyzetre reagál.

A súlytalanság mint a korai sérülés következménye

A traumára adott egyik lehetséges reakcióként a transzba zuhanást már említettem. A zuhanás súlytalan állapot, szédület, halálvágy kifejeződés. Kundera (1992) az elesést, az egyensúly megingását mint segítségkérést értelmezi, a szédülést pedig vágyként a mélységbe. „*Mi a szédülés? Az eséstől való félelem? ...A szédülés másvalami, mint az eséstől való félelem. A szédülés azt jelenti, hogy az alattunk levő mélység vonz, csábít minket, a zuhanás vágyát kelti bennünk, melynek aztán rémülten ellenszegülünk.*” (i. m. 79.)

„*Kívánta, hogy olyasmit tegyen, amiből már nincs visszaút. Kívánta, hogy utolsó hét évének múltját kíméletlenül lerombolja. Szédület fogta el. Mámorító, leküzdhetetlen vágy a zuhanás után.*”

„*Nevezhetnének a szédületet a gyengeség részségének is. Az ember tudatára ébred gyengeségének és nem küzdeni akar ellene, hanem behódolni neki. Megrésze-gül a gyengeségétől, még gyengébb akar lenni, el akar zuhanni a főtér közepén, mindenki szeme láttára, lent és a lentnél még lejjebb akar lenni.*” (uo. 103.)

Aki elesik, regresszióra vágyik, vissza az anyaölbé, vagy a halálba. Ezek szerint a halált is tekinthetjük egyfajta thalassális élménynek?

A súlytalanság állapota lehet tehát veszélyes is: a súlytalanság nehezen viselhető állapot az úrhajós számára, fiziológiás működéseit veszélyezteti a gravitáció hiánya. Az űrület is ott leselkedik a súlytalanság állapotában: ha végkép, vagy hosszabb időre lemondok a földről (anyaföldről), a realitásról, a pszichó-zis magánya kerít hatalmába. Elszállhatok, elmenekülhetek az elviselhetetlen valóság elől, és olyanná válhatok, mint egy angyal: de a szépségnek, a földtől elrugaskodottság élményének és az omnipotenciának ára van: a nemtelenség, a társtalanság. És ehhez még pszichotikussá sem kell válni: a súlytalanságot és következményeit a narcisztikus sérülés is biztosítja.

Peter Pan története

Kelley-Lainé könyve (1997) Peter Pan történetét elemzi. Súlytalan gyermekké az válik, akit nem fogadnak be/el és ő ezért úgy „dönt”, hogy visszamenekül az omnipotens regresszióba, s nem nő fel a valóságban. Peter Pan úgy határoz,

hogy kilép a családi otthon világából, édesanyja mellől. Nekeerdországba kerül, megtanul repülni, a két világ közti határ átjárhatóvá válik a számára, és számtalan csodás kalandot él meg. Titokban azonban mindig fájdalmasan vágyik vissza a súlyosabb otthoni létbe, anyja szeretetébe. A visszafelé vezető út azonban egy idő után elzáródik. A gyerekeknél tett látogatás egy szerencsétlen alkalmával még árnyékát is elveszíti egy időre. A kislánnyal való kapcsolat első lépése pont ezzel: az árnyék visszavarrásával, ezzel a fájdalmas és szükség-szerű lépéssel kezdődik.

„– Nem a mamám miatt sírtam – méltatlankodott Peter. – Azért sírtam, mert nem akar visszaragadni az árnyékom. Különben nem is sírtam.

– Leszakadt az árnyékom?

– Le.

Wendy megpillantotta a padlón árválkodó árnyékot, és megesett a szíve a fiúcskán:

– Rettenetes! – szörnyülködött, de nem tudott elfojtani egy futó mosolyt, mikor észrevette, hogy Peter szappannal akarta visszaragasztani az árnyékot. Ó, ezek a fiúk! Szerencsére Wendy rögtön tudta, mi a teendő.

– Föl kell varrni – jelentette ki.

– Mi az, hogy varrni?

– Jaj, de buta vagy, még ezt sem tudod!

– Nem vagyok buta.

– Én majd hozzád varrom, kisöreg – és meg is mutatta, milyen jó háziasszony lesz belőle: gyorsan hozzáfogott, hogy Peter lábához varrja az árnyékot.

– Azt hiszem, fájni fog egy kicsit – figyelmeztette.

– Ne félj, nem jajgatok – nyugtatta meg Peter. Összeszorította a száját, és egy kukkot sem ejtett; árnyéka hamarosan a helyére került – igaz, kissé sután állt.”

(James Mathew Barrie: Peter Pan és Wendy Szilágyi Domokos fordítása)

Jó esetben az anyaölből súlyt kap a csecsemő: „*Elvben, ha a baba jól elhelyezkedett édesanyja karjában, lassan kialakul benne az az érzés, hogy súlya van, s ezzel együtt kialakul „én”-je kiépülésének megnyugtató benyomása is. A szárnyak apránként leesnek, a baba súlyt kap, elég bizalma van ahhoz, hogy haladni akarjon az időben, s ne sokat nézzen hátra.*” (i. m. 15.)

Azonban a korai sérülések a súlytalanság világába repítik a gyermekeket: „*A babák, akik nem tettek szert súlyra édesanyjuk karjában, vagy akiknek életérzékelése valami tragikus esemény következtében megszakadt, annak a veszélynek vannak kitéve, hogy szomorú gyermekek lesznek, akik gyermekkoruk egy elveszett darabja után kutatva röpködnek az időben.*”

Gyakran megtörténik, hogy a szomorú gyermek, miközben azon erőlködik, hogy ne sirassa elveszett gyermekségét, elveszíti érzékelési képességét is; ekkortól nem tudja elválasztani, hogy mi van belül és mi kívül.” (i. m. 15). Ez utóbbi a pszichés realitás állandóvá válása, a többiekkel való kommunikáció megszűnése, a pszichózis felé vivő magány.

Mi is az a szülői magatartás, ami ezt előidézhetheti? „*Peter Pan* gyakran ott van, ha életről és halálról van szó, várja a percet, hogy magával vigyen minden gyermeket, aki kiesik a bölcsőből, mert nem vigyáztak rá eléggé. Ez a fajta baleset gyakran a szülők hanyagságának tulajdonítható, ám lehet a túl sok szeretet következménye is, és furcsa mód az eredmény ugyanaz...” (i. m. 22.)

A repülés mint megküzdési lehetőség

Az elhanyagoló, abuzáló szülő nem képes súlyt adni gyermekének, de a túlféltő, birtokló szülő sem: egyik sem veszi tekintetbe gyermekét, egyik sem tekinti intencionális, szubjektummal bíró lénynek.

Ez a szülői magatartásforma készíti a súlytalanság állapotába való menekülésre Boris Vian *L'Arrache-cœur* című regényének gyermekszereplőit is (magyarul *Hullasztó* címen jelent meg). Az előbb elhanyagoló anyában a féltés és a zsarnok szeretet idővel oly nagyra nő, hogy az anya a gyermekeket először bezárja a kertbe, majd eltünteti a kerítést, hogy fel se merüljön a gyermekekben, hogy a kerten kívül is létezik világ. A gyermekek ugyan e folyamat közben megtanulnak repülni, s minden nap elszállnak egy szabadságnyi időre a kert talajából kiásható kék csiga elfogyasztásának a segítségével (drog analógia), azonban kitörési kísérletük kudarccal jár. Az anya végül eltünteti a kert talaját (talajtalanság), s a gyermekeket a házba, majd kalitkába zárja. Az anya figurája tökéletes leírása a kötődéskutatások által leírt *preoccupied* (elárasztó, belebonyolódó) anya típusának.

Íme néhány idézet, ami jól jellemzi az anya érzelmeinek változását:

A szüléskor: „*Kijönnék – rikácsolta az anya durván felnevetve. – Kijönnék és fájdalmat okoznak nekem, és ez csak a kezdet.*”

Ahogy gyermekeit látja: „*Enyhe undorát legyőzve megfogta az egyiket és a feje fölé tartotta. ... Nyamvadt kis szörpamacs volt a feje búbján és olyan nyugtalanítóan lüktetett a feje lágya, hogy az embernek kedve lett volna belenyomni az ujját, hogy megálljon.*”

Szoptatásnál: „*Aztán megint felkapta a gyereket és a melléhez emelte, mire az eszeveszetten szopni kezdte. Akkor hirtelen eltolta magától ... Noel feldühödött és üvöltöni kezdett. Klementina magához húzta, mire még mindig nyöszörögve, őrült mohósággal megint szopni kezdett. Klementina megint eltolta magától.*

Erre még jobban rázendített. Klementinát érdekelni kezdte a dolog. Megismételte a játékot. Négyyszer egymás után. Noel ellilult dühében. Aztán egyszer csak fuldadozni kezdett. A néma üvöltésben úgy maradt iszonyatosan széthúzza a száját, s könnyek csorogtak végig sötét ábrázatán. Klementina megijedt és megrázta.

– *Na...na... Noel...Noel*

Egyre jobban megrettent. Már majdnem segítségért kiáltott. Aztán Noel egyszer csak visszanyerte a hangját és felordított. Klementina remegő kézzel villámgyorsan

visszaadta neki a mellét. Noel azonnal megnyugodott és mohón szopott tovább. Klementina megtörölte izzadt homlokát. Többet ilyet nem csinál.”

2–3 évvel később: „Lám, már egyedül táplálkoznak, már nincs szükségük rám, gondolta keserűen. Talán még a csapat is ki tudják nyitni. Nem baj. Ezt még lehet ellensúlyozni. Annyi szeretetet fog adni nekik, annyi gondoskodással, figyelmességgel fogja átszóni minden napjukat, hogy életüknek nem is lesz értelme önélkülé.”

A beteges féltés: „Félek ... A gyerekeim miatt. Éjjel-nappal. Bármi történhet velük. Én meg elképezem magamban. Ó! a legegyszerűbb dolgokat; nem képtelenségekkel vagy örültségekkel gyötöröm magam; nem, de már a megeshető dolgok legszűkebb listájába is beleörülök. És nem tudok nem gondolni ezekre. Természetesen, azzal nem is számolok, ami a kerten kívül történhet meg velük; eddig szerencsére eszükbe se jutott kimenni. De egyelőre, ha lehet, el sem megyek idáig, mert beleszédülök. ... És annyira szeretem őket, azt hiszem, annyira szeretem őket, hogy mindent végiggondoltam, ami csak megtörténhet velük ebben a házban és ebben a kertben, és már nem is alszom emiatt. El se tudja képzelni, micsoda mennyiségű balesetről van szó. Értse meg, micsoda megpróbáltatás ez egy anyának, aki úgy szereti a gyerekeit, mint én.”

A bántalmazás ezen fajtájára a disszociáció a válasz a gyerekek részéről: elrepülnek. Talán nem véletlen az sem, hogy a gyermekek apjának a neve, az *apa* neve: *Angel* a regényben. A repülés mint leválási kísérlet is értelmezhető: elszakadási próbálkozás a nem megtartó anya-földtől.²

Hogyan lehet súlyt nyerni?

De hogyan lehet mindezek után súlyt nyerni? Mi az, ami visszavisz a súlytalan-ság irreális világából a valóságba? Reparatív kapcsolat szükségeltetik ehhez, amit a már felnövő szubjektum önmaga keres meg – öngyógyításként.

Mary Poppins és Momo

Ilyen figura lehet Travers (1971) Mary Poppinsa is. Gyerekkoráról ugyan semmit se tudunk, de kétségtelenül ő a leghíresebb repkedő mesealak. Mary Poppins a gondjára bízott gyerekeket is megtanítja repülni, de csak vele együtt

² Vian regényei a Matte – Blanco által leírt tudattalan bilogika (Rayner és Wooster, 1990 és Matte-Blanco, 1959) szerint íródnak: a szimmetrikus és aszimmetrikus logikának megfelelő gondolkodásmódok egyaránt jelen vannak. Az elsődleges és másodlagos folyamatok keverednek, és a legváratlanabb pillanatokban váltják egymást. Vian a metaforákat szó szerint veszi: ha valakiről azt mondják, hogy földbe gyökerezik a lába, akkor valóban ez történik regényében. Irracionalitásba hajló történeteiben a külső és belső világ összemosódik: ha a szereplő szomorú, s szívét elszorítja a bánat, akkor a szoba összemege a fizikai valóságban is.

engedi őket röpködni. Vele, a röpködés tudományában jártas valakivel, számos csodás dologban lesz részük a gyerekeknek. Mary Poppins maga is repülve állít be a Banks családkhoz, varázsol (omnipotens), ugyanakkor erről beszélni nem szabad – ez a beszéd előtti világ csodája, s a valóság és az ő világa világos határral van elválasztva ezáltal. Mary Poppinsról azt is megtudhatjuk, hogy szerelmes a tükörképébe:

„Mary Poppins megnézte magát a sarki trafikos kirakatablakában, s megigazította kalapját. Olyan furcsa ablak volt ez, hogy három embert tükrözött vissza egy helyett, s ha valaki sokáig nézegette benne magát, azt hitte, hogy nem is ő maga áll ott, hanem egy sereg más ember. Hanem Mary Poppins gyönyörűséggel sóhajtott fel, amikor három példányban látta meg saját magát, s mindegyiken ezüstgombos, kék kabát volt, hozzá való kék kalappal. Olyan szép látványnak találta ezt, hogy azt se bánta volna, ha tíz vagy akár száz Mary Poppinst lát ott. Minél több van belőle, annál jobb” (i. m. 35.)

Mary Poppins magányos figura: van ugyan (félig-meddig) földi udvarlója, Berti, a képfestő Gyufaárus, de őt is el kell, hogy hagyja, mikor végleg elmege a gyerekektől. Mary Poppins olyan narcisztikusan sérült embernek tűnik, aki jó anyaként, terapeuta analóggént elaborálja nárcizmusát. Kelley-Lainé is hasonló fejlődési lehetőségről ír: „A szomorú gyermek, ha elkezd nőni, nagyon felelősségteljesen, gondoskodóan viselkedik szüleivel, testvéreivel. Ott van a csapat élén, szervezi a következő útszakaszt, gyámolítja a gyöngét, mindenre tud megoldást. Főleg, ha látja, hogy valaki bátortalan, deprimált, hiányt szenved, a szomorú gyermek a segítségére siet, lelket ver belé. A szomorú gyermek gyakran lesz szociális munkás, orvos, pszichoanalitikus...” (i. m.162)

Súlytalálásra tehát a társtalálás az ajánlott módszer, akár a terapeutává válás révén. Így van ez Michael Ende (2001) Momo című regényében is. Momo meghatározhatatlan korú gyerek, akinek a gyerekkoráról nem is tudni semmit, csupán annyi bizonyos, hogy elhagyott, árva. Beköltözik egy elhagyott amfiteátrumba, és megismerkedik a környéken lakó emberekkel. Momóhoz szívesen járnak az emberek beszélgetni, pedig semmi okosat nem tud nekik javasolni a problémáikra. Sőt, nem is mond általában semmit, inkább csak hallgatja őket. Momo éppen ezáltal teszi jobbá a hozzá látogató emberek életét.

„A kis Momo egyet tudott, ahogy rajta kívül senki: hallgatni másokat. ... Momo úgy tudott hallgatni, hogy az ostoba embereknek egyszeriben okos gondolatuk támadt. Nem mintha bármit szólt vagy kérdezett volna, ami a másiktól előcsalogatta az okos választ, dehogy, ő csupán ült és hallgatott, teljes figyelemmel és odaadással. Közben nagy sötét szeme a másikon függött, s az úgy érezte, hirtelen gondolatai támadnak, amelyről soha sejtelmé nem volt, hogy benne rejtőznek.” (i. m. 16.)

Fontos szerepe van ebben a helyzetben a tekintetbevételnek és a negatív indulatokat (is) rejtő csend elviselésének, ami egyértelműen a terapeuta feladata. A tekintetbevétel a mentális reflexió és a morális jelentés szintjén is érthető. A csend pedig az a helyzet, amikor a destruktív vagy produktív belső folya-

matok teret nyerhetnek. A destruktív indulatokat, a szorongást viselnie és tartalmaznia kell a terapeutának, a produktív gondolatok megszületéséhez pedig biztonságos, elfogadó teret biztosítani. Fonagy (1999) a terápiás változásért az értelmezést és az interszjektív kapcsolatot egyaránt felelőssé teszi. Mindazonáltal a leglényegesebb momentumnak azt tartja, amikor a terapeuta a saját elaboratív mentális képességei segítségével a páciensnek önmagát segíti megtalálni a terapeuta elméjében, hogy azt aztán énjének részeként integrálhassa újra. Így fokozatosan reflektálódik a belső világ a kapcsolatban, míg a páciens saját képességévé, önreflektív funkciójává nem válik. Ennek a tudásnak a birtokában már világosan elkülöníthető a pszichés és fizikai valóság.

Terápiás példák

És hogy hogyan kerül ide a súly érzete? Néhány terápiás példával szeretnék erre rávilágítani. Egy testsúlytöbblettel küzdő nők kiscsoportját vezettem. A beszélgetőkörben, a foglalkozás elején elhangzott az a kérdés, hogy hogyan lehet élvezni azt, amink van, ahogy vagyunk. Válaszképpen egy relaxációval induló testtudati gyakorlatot vezettem fel a csoporttagok számára. Tulajdonképpen a test legegyszerűbb érzeteire való figyelem fókuszálás volt ez: a test felületére, súlyára, a légzésre, a test állandó és változó működésére irányítottam figyelmüket. Hangsúlyoztam ezek fontosságát, a mindig jelen-levésüket. A relaxáció után a legtöbb túlsúlyjal küzdő, s gyerekkorában szexuálisan bántalmazott páciens ezt mondta: „Az jutott most eszembe, hogy lehet, azért vagyok ennyire súlyos, hogy észrevegyenek. Így hangsúlyosabb vagyok.” Ez a felismerés véleményem szerint a testi érzetek és a saját lét intenzív megélésnek köszönhető.

Egy analízisbe járó barátom mesélte, hogy a terápia egyik fordulópontjaként élte meg azt az érzést, amikor hirtelen egyszerre csak „olyan súlyosnak” kezdte magát érezni a díványon fekvé.

Egy saját mozgásterápiás csoporton megélt élményemet írnám le végül: egy konzisztens teret képzeltünk el, és az ebben való haladást: *mintha vajban mennénk, s így hagynánk testünknek megfelelő formájú teret magunk mögött* – szölt az instrukció. Egy idő után egyre nehezebbnek éreztem magam, egészen addig, amíg már képtelen voltam továbbmenni, s kénytelen voltam a földre feküdni. Hosszú ideig mozdulni sem bírtam. Saját súlyom sújtott le: saját térfogatom megtapasztalása – fogása lett általa a térnek. Aztán egyszer csak újra talpra keredtem és mozogtam tovább. Mégis, az élmény, súlyossága ellenére, meghatározó és pozitív volt. Emlékszem, ahogy a földön fekvé őszintén csodálkozom: ennyire súlyos lennék? Ez én vagyok?

IRODALOM

- BÁLINT MIHÁLY (1997): *A borzongások és regressziók világa*, Animula.
- BARRIE, J. M. (1972): *Peter Pan és Wendy*. Ford. Szilágyi Domokos. Bukarest, Creanga Kiadó.
- DAMASIO, A. R. (1996): *Descartes tévedése – Érzelem, értelem és az emberi agy*, Adu-Print.
- DAMASIO, A. R. (2000): *The feeling of what happens*, Vintage, London.
- ENDE, MICHAEL (2001): *Momo*, Móra.
- ERŐS, FERENC (2004): „My poor Konrad” ... Body, mind and the philosophy of nature in Ferenczi's works, Paper presented at CONFERENCZI, A Conference on Sándor Ferenczi, Melanie Klein and Michael Balint, Freud Museum, London, 23–25 April 2004.
- FERENCZI SÁNDOR (1982): A valóságérzék fejlődésfokai és patológikus visszatérésük (124–146), In: *Lelki problémák a pszichoanalízis tükrében*, Magvető.
- FERENCZI SÁNDOR (1996): *Klinikai napló 1932*, Akadémiai Kiadó.
- FERENCZI SÁNDOR (1997): *Katasztrófák a nemi működés fejlődésében*, Filum.
- FONAGY, PETER (1999): *The Process of Change and the Change of Processes: What Can Change in a 'Good' Analysis*, Keynote Address to the Spring Meeting of Division 39 of the American Psychological Association, New York 16th April 1999. <http://www.dspp.com/papers/fonagy.htm>
- GREEN, A. (1999): *The Dead Mother*, Routledge.
- JÁDI FERENC (1998): *Rákszemek*, Kijárat Kiadó, Budapest.
- JÁDI FERENC (1999): Regresszió a Thalassában, *Thalassa* (10) 2–3: 140–149.
- KÁLLAI JÁNOS (1998): A tér élménye, a térre vonatkozó képzeleteink realizálása In: Kállai J.–Karádi K.–Tényi T.: *A térélmény kultúrtörténete és pszichopatológiája*, Tertia.
- KELLEY-LAINÉ, KATHLEN (1997): *Peter Pan, avagy a szomorú gyermek*, Filum.
- KRISTEVA, J. (1987): On the melancholic imaginery (104–123), In: Rimmon-Kenan, S. (ed.) *Discourse in Psychoanalysis and Literature*, Methuen.
- KUNDERA, MILAN (1992): *A lét elviselhetetlen könnyűsége*, Európa.
- MATTE-BLANCO, IGNACIO (1959): Expression in symbolic logic of the characteristics of the system Ucs or the logic of the system Ucs, *The International Journal of Psycho-Analysis* Vol. XL, Part 1:1–5.
- RAYNER, ERIC-WOOSTER, GERALD (1990): Bi-Logic in Psychoanalysis and Other Disciplines an Introduction, *The International Review of Psycho-Analysis*, 17: 425–431.
- STERN, D. N. (1985): *The interpersonal world of the infant: A view from psychoanalysis and developmental psychology*, New York, Basic Books.
- TRAVERS, P. L. (1971): *A csudálatos Mary*, Móra.
- VIAN, BORIS (1998): *Hullasztó*, Polgár.