

Biztonságos és szétesett világok

2009/1

Első lapszámunk története nem tanulság nélkül való a következőkre nézve sem. Erdélyi filozófiai, szakmai berkeinkben felmerült annak a szükségessége, hogy a filozófia bizonyos szakágait, amelyek maguktól nem gyökereznének meg minálunk egyhamar, meggyökereztessük, implementáljuk. Az egyik opció a logoterápia volt (Sárkány Péter kifejezésével: filozófiai lélekgondozás), amelyben nemcsak egy – részben fenomenológiai – szemlélet is megtestesül, hanem szakmák, diszciplínák (filozófia, lélektan, pszichoterápia) találkoznak benne. Képviselőinek (Frankl, Binswanger, Minkowski) szakmai horizontja rendkívül termékeny, kreatív impulzusokkal telített.

Elhatároztuk, hogy olyan szakmai tanácskozást hívunk össze, amelyen mind a filozófia, mind a pszichológia, pszichoterápia képviselői jelen vannak. A filozófiai lélekgondozásnak szentelt kolozsvári kollokviumunk *Biztonságos és szétesett világok* címmel 2009. május 9-én zajlott le, jelentős szakmai képviselettel és hallgatói részvétellel. Az előadók (Borsos Szabolcs, Egyed Péter, Hegyi Johanna, Sárkány Péter) lapszámbeli tanulmányai akkori előadásaikon, intervencióikon alapulnak. A folytatást Bruncsák István ismét népes részvétel és diszkusziók mellett zajló kolozsvári Viktor E. Frankl-előadása jelentette. (2009. november 11.)

Ez nyilván csak a kezdet (amelyet terveink szerint a gyerekfilozófia követ majd), de alighanem jelzi azt az utat, amelyen a szakmák találkozása a reális igényeknek megfelelően és nem az elvont interdiszciplinaritás követelményeként létrejöhet. Arról nem is beszélve, hogy a filozófia életközelségének az irányát is képviseli. Mint egykoron Szókratész, aki az igazsággal gyógyított.

Egyed Péter

többlét

többlét

filozófiai folyóirat

Többlət

Az Erdélyi Magyar Filozófiai Társaság lapja
Kiadja a LIBROFIL – az EMFT kiadója
Megjelenik negyedévente

Alapítási év 2009

I. évfolyam 1. szám 2009. július

Felelős szerkesztő: Egyed Péter

Szerkesztőség: Bene Adrián, Keszeg Anna, Rigán Lóránd,
Soós Amália-Mária, Zuh Deodáth

Szerkesztőtanács: Gál László, Horányi Özséb, Laczkó Sándor,
Losoncz Alpár, Seregi Tamás,
Mészáros András, Ungvári Zrínyi Imre,
Valastyán Tamás, Veress Károly

Korrektúra: Szabó Beáta, Zsizsmann Éva



A kiadvány megjelenését a

**COMMUNITAS
ALAPÍTVÁNY**

támogatta.

Alapította az RMDSZ

Grafikai arculat: Gregus Zoltán

A borító fotóját Kiss Boglár készítette.

Műszaki szerkesztés: Metaforma Kft., www.metaforma.ro

ISSN 2067–2268

Tartalom

Beköszöntő	5
BORSOS Szabolcs: A kudarcutatás perszónáfilozófiai megközelítésben.....	6
BRUNCSÁK István Az értelmekérdés Victor E.Frankl logoterápiájában	28
EGYED Péter: A pánik világa	49
HEGYI Johanna A biztonságépítés belső útjai a relaxáció segítségével.....	71
SÁRKÁNY Péter Bevezetés a filozófiai lélekgondozásba	83
VERESS Károly A hermeneutika terapeutikus funkciójáról.....	110

Beköszöntő

Induló, új, negyedévenként megjelenő filozófiai lapunknak, a *Többlet*nek a létrehozását több tényező indokolta. Az egyik, a legfontosabb az volt, hogy az egyetemi oktatás és képzés, kutatás nem rendelkezett egy olyan (hordozható) orgánummal, amely a bolognai rendszerben kiteljesedett oktatási vertikum (alapképzés, mesterképzés, doktori képzés) alaposan megnövekedett szakmai feladatait, az igényeket és a szükségleteket meg tudta volna jeleníteni. Ezek nem csak helyi igények, hanem a magyar nyelvterület kommunikációs rendszerében is helye van az ilyen és ehhez hasonló orgánumoknak. Ezért tehát a *Többlet* a magyar nyelvterület műhelyeiben zajló filozófiai gondolkodás lapja lesz, amelyet Kolozsváron szerkesztenek és adnak ki, de munkájába többen is bekapcsolódnak.

Természetesen helyi igények is vannak. A filozófia még mindig alulreprezentált a magyar és még inkább az erdélyi magyar kultúrában, a maga sajátos kérdezői módjával, feleleteivel, hagyományával együtt. Jóllehet pontosan e hagyománya is képesíti arra, hogy a mai információs társadalom kérdései is helyet kapjanak benne, de a hálózati társadalommal kapcsolatos hatalmas nagyságrendű változások is igénylik a filozófiai reflexiót. (Például a személyes szabadság/követhetőség dimenziója!) Helyi igény a filozófia reprezentációja az oktatás és képzés más színterein is, a középiskolát nem kihagyva, – részben itt dől el szakmánk jövője.

A filozófia mindig is sajátos helyzetben és szerepben volt a nagy tudatformák között: tudományok, művészetek, vallás, társadalmi és politikai diskurzus tartalmazta és határolta, volt, amikor kvintesszencia akart lenni, de volt, amikor tudományos szerepre tört. Ez a ma is alakuló szerep kötelez arra, hogy változó formákban és kezdeményezésekkel menjünk a jelzett tudatformák felé, nagyobb szerepet vállalva a kultúra változatos színterein.

A *Többlet* az Erdélyi Magyar Filozófiai Társaság lapja, irányvétele a publikáció nyelvére képezi le a társaság statútumában foglalt célokat. Közleményei eleget kívánnak tenni a szakmaiság kritériumainak és normáinak, de nem kíván akadémikus lap lenni. Az alkotóerőt, a kornak leginkább megfelelő eleven szemléletmódokat kívánjuk képviselni. Várunk minden sugallatos kezdeményezést!

Kolozsvár, 2009. november 25.

Egyed Péter

A kudarc kutatás perszonálfilozófiai megközelítésben

Kulcsszavak: *esektológia, perszonalizmus, kudarc-értelmezés, kompetencia-határok, belső értelmzési háló, hagyományos kudarc-felfogás, a szenvedés titka, modern és posztmodern, interdiszciplináris háló, hírvivő, kudarc-kodifikáció, filozófia szerepe, méltóságvesztés*

Bevezető

Olyan világban élünk, ahol a sikernek, a másik fölött aratott győzelemnek van mértéke, van értéke. Kevésbé mondhatjuk el ezt a kudarc fogalmáról. Valójában azt sem tudjuk, hogy a kudarcot hová soroljuk. Legtöbb esetben inkább szégyelljük magunkat, mert semmiképpen sem vállalható események és történések során szenvedjük el kudarcainkat.

Tudományok közötti felosztásban sem lehetünk bizonyosak abban, hogy éppen hová is kellene sorolni a kudarc kutatást. Mindenképpen a társadalom és az ember körül forgunk. El kell fogadtatnunk azt, hogy ahány ember, annyi történet van a kudarcról. Ha ez így igaz, akkor egyediségek vannak. Általános következmények kevésbé fogalmazhatók meg; bármit is mondunk, ott van a kompetencia kérdése, meg hogy kinek a nevében szólunk, milyen tudományágot képviselünk éppen.

Úgy tűnik, hogy több ellentmondás húzódik meg ebben a viszonylag egyszerű felvetésben.

Könnyű dolga lenne annak az embernek, aki a kudarc pontos meghatározását közölhetné, ha elmondhatná, hogy milyen paraméterek között működik, és így kizárólag csak ott észlelhető valósággal lenne dolgunk. De tudjuk, hogy nem így van. A kudarcot végtelen színben és árnyalatban, alakban és formában tapasztalhatjuk meg.

Kompetenciahatárok és definíciós lehetőségek

Végtére is felmerül a kérdés: a filozófiának milyen definíciós lehetőségei vannak, egyáltalán hol van itt a filozófia? Elsősorban azt

kell mondanunk, hogy a kudarc azért köthető a filozófiához, mert az emberrel történik valami. Bármi is történjen az emberrel, az a filozófia számára a lehető legfontosabb. Ez ugyanakkor nem jelent kizárólagosságot, mert fenntartjuk azt az igényt, hogy a problémafeltárás és a problémaolvasat interdiszciplináris jellegű.

Ami még tanulság lehet: a kudarchoz kommunikációra van szükség, a kudarc valamilyen kommunikációs közegben zajlik, történik. A kudarcral együtt történik valami. A legjobb esetben a kudarcból tanul az ember, és ennek valamilyen jele meg kellene mutatkozzon valahol.

Mondhatjuk azt, hogy a kudarcnak van egy külső megítélése, amely akár a téma kultúrtörténeti aspektusait tárja elénk, de ugyanakkor látnunk kell azt is, hogy a kudarcnak van egy belső értelmezési hálója, amely állandóan az emberről mint személyről és a teljes létbizonytalanság és kiszolgáltatottság helyzetéről szól. Külsőleg rá lehet húzni emberekre azt, hogy kudarcot vallottak, mert... – és ilyenkor jönnek a történetek, az előítéletek.

A belső értelmezés hálójában azonban mi játszódik le? Hogyan tudható meg? Empirikus eszközökkel mi írható le? Amit leírunk, a későbbiek során mire használható?

Szakmai tétovázás az, ahogyan elgondoljuk a filozófia alkalmatlanságát a gyakorlati élet értelmezésében. A perszonalizmus eleve azt jelenti, hogy kiléptünk a világba, illetve arra figyelmeztet, hogy a világban élünk, másként nem tehetünk!

Az emberi méltóság megőrzése, helyreállítása érdekében működik a perszónálfilozófiai értelmezés. Ez nyilvánvalóan valamilyen helyreállító, gyógyító attitűd, amely egyrészt célorientáció, másrészt ugyanakkor felelősség, mert könnyen a kizárólagosság, az elitizmus csapdájába eshetünk, amennyiben egyetlen járható útként tüntetjük fel a perszonalizmust.

Kudarcértelmezések és fogalomtisztázások. Elsőként a kudarc fogalmát etimológiai szempontból vizsgáljuk meg, ami azt is jelenti, hogy nominális meghatározással kezdjük felvezetésünket. Első nekifutásunkban a magyar értelmező szótár szójegyzékét tárjuk fel, ami a következőket mondja: az a tény a kudarc, hogy valaki vagy valamely terv, szándék, cselekedet nem jár sikerrel, nem éri el

a kívánt célt. A kudarc sikertelenség. Ilyen értelemben mondható, hogy kudarcba fullad valami, kudarcot szenved, vall vagy csúfos kudarc érte.¹ A többi nyelvek közül az angol is hasonlóképpen fejezi ki a kudarc lényegét. Általában arra az állapotra vagy helyzetre vonatkozik, amikor nem érzük el az óhajtott vagy kitűzött célt. A siker ellentétéként is felfogható a kudarc mint balsiker. Egy termék kudarcra jelenti az eladó sikertelenségét, továbbá a termék tönkremenését.

További megfontolásaink a kudarcral kapcsolatban: a kudarc mint balsiker nagyon függ attól a kontextustól, amelyben szerepel, és így relatívnak mondható. Valakinek a kudarcra másnak sikert is jelenthet, főleg a versenyhelyzetekben és a gazdasági életben. Ebből kifolyólag a siker vagy sikertelenség mértéke mindig különböző, éppen attól függ, hogy résztvevők vagy külső megfigyelők vagyunk. Ilyen értelemben nagyon nehéz megmondani azt, hogy mikor van az a helyzet, amikor világosak a kudarc kritériumai, illetve hogy mikor van az a pillanat, amikortól számíthatjuk a kudarcot. Szükséges egy belső reflexió ahhoz, hogy a kudarcot némi belátással kezeljük, vagy elégséges, ha kívülről látják és elítélően bélyegzik meg az embert? Mikor van az a pillanat, amikor az ember belátja a kudarc megtörténtét? Kívülről érkező visszajelzésre is szükség van ahhoz, hogy ez a jelenség belátásra kerüljön, tehát nem mondhatunk le a külső értelmezésről sem. Jó lenne találni olyan kritériumot, amelynek segítségével pontosan meghatározható a kudarc. További kérdés az, hogy a kudarcot folyamatként kell-e felfognunk vagy valamilyen esemény lezárásaként? Éppen ezért a kudarcot differenciáltan kell vizsgálnunk, attól függően, hogy ki az értékelő, és az élet milyen területét érinti a téma. Ilyen értelemben kudarcnak vagy balsikernek minősül az a tevékenység, amelynek végeredménye nem éri el a kívánt célt, nem elégíti ki azt a minimális szükségletet sem, ami még elfogadható lenne. Ha a feladatot nem oldották meg és egyre inkább távolodnak tőle, akkor a kudarc elkerülhetetlen.

Kudarcról beszélhetünk a gazdasági életben is. Külön fejezet a kereskedelem és külön fejezet a termelési szektor. Ma már azt is

1 *A Magyar Nyelv Értelmező Szótára* IV. Akadémiai Kiadó, Budapest 1987, 488.

láthatjuk, hogy a kudarcot lehet fokozni. Beszélhetünk egyszerű kudarcról, ugyanakkor létezik a bukás fogalma, és talán legerősebb a csőd. Ezt a dolgot nyilván mindenki el szeretné kerülni.

Szem előtt kell tartanunk az ófrancia nyelvből kölcsönzött *eschec* fogalmát, amely az arab és a perzsa nyelvben is megtalálható. A *shah* szóval eredetileg a perzsa uralkodót illették, de a kifejezés összefügg a sakkjáték fogalmával is. A sakk szót használták a játékosok, amikor figyelmeztették az ellenfelet arra, hogy a királyt támadás érte. Ennek végkimenetele a sakk-matt, aminek jelentése: a király halott. Innen kiolvasható a kudarc folyamatjellege, ami elkezdődik valahol, szűkítve a mozgásteret, ugyanakkor befejeződik egy olyan pontban, ami végleg lezárja a létezést.

Ebből a megközelítésből a kudarcnak több fázisa állapítható meg: van egy elsődleges szakasz, amikor értelmileg belátható, hogy a kudarc mint probléma állandó lehetőségként előttünk áll; van egy sakk-fázis, amikor konkrét helyzetben és tapasztalatban észleljük a kudarc valóságát; egy pre-matt helyzet, ami a lehetőségek szűkülésének belátását jelenti; és ezt követi a végső fázis, ami a befejezést jelenti. Jöhet majd a következő játszma. Ameddig talpon vannak a sakkfigurák, és belátható lépésekre van lehetőség, addig nem kezdődhet egy következő játék.

A nominális meghatározások segítenek abban, hogy megközelítéseinke új-szerű és eredeti legyen, ezért a továbbiakban többször is hivatkozni fogunk a fenti felosztásra.

Hagyományos kudarcelfogás. Ebben a körben beszélünk kell a zsidó-keresztény kultúra megoldásáról, ami napjainkig is érezhető nyomokat hagyott gondolkodásunkban. Ebben az összefüggésben elsőként az ószövetségi bukástörténetet kell szemügyre vennünk. Itt mi is olvasható tulajdonképpen? Az emberi vágyak egyike, a mindentudás szembeütközik az isteni intelligenciával, ami korlátozó szempontot jelent elsősorban. Mit ígér cserébe Isten? Ha nem eszik Ádám és Éva a mindentudás fájáról, akkor jólétet, boldogságot és örök életet nyerhet cserébe! Talán az első kudarc ekkor következett be. Mit is jelent ez? Az ember túllépett egy olyan határt, amire nem volt jogosítványa. A mindentudás mint állandó vágy azóta is

sajátja az emberi nemnek, de az isteni válasz is egyértelmű maradt: az ember halhatatlansága és boldogsága megszűnt, halandóvá vált és verejtékes munkával kell fenntartania magát. Így tehát a realitás talaján a mindentudás vágyából problémamegoldási stratégia lett, a racionalitás síkján minden, ami belátható és megvalósítható. Ennél többre nem képes az ember. A mindentudás birtokosaiként teljes káosz lenne az emberek között, mert nem hinnének el egymásnak, hogy mindent tudunk. Egyébként is hatalomgyakorlásra kellene a mindentudás, ilyen értelemben ádáz küzdelem indulna el az emberek között. (Valószínűleg minden háború gyökerében ott lappang az a hamis gondolat, hogy az egyik félnek mindentudása van, ezért törekszik a másik legyőzésére.) A vágy érdekes módon ott lappang a legszerényebb ember lelkében is, mert csakugyan jó lenne előre tudni dolgokat, jó lenne tudni titkokat, jó lenne előbb megtudni mindent. Lépéselőnyben lehetnénk másokkal szemben, ha előbb tudnánk meg az információkat. Ez a technika máris uralmat jelent és ennek némi átsugárzása a valóságban megtapasztalható.

Mondjuk ki a lényegét: volt egy hatalmas vágy az emberben, hogy mindent megtudjon, amire a válasz a következő: halandó mivoltával kell szembenéznie, különféle helyzetekkel kell megküzdenie, és így gondolkodásának gyökerében a problémamegoldás áll. Kísértésként továbbra is felfedezhető a mindentudás vágya, hogy végül az ember istenné váljon. Azóta is ez a kettősség jellemzi gondolkodásunkat: egyrészt szeretnénk mindent megtudni, a hatalmat minél szélesebb körben gyakorolni, másrészt ugyanakkor saját túlélésünkért, létezésünk többé-kevésbé artikulált sikereiért meg kell küzdenünk. Ez a két pillér sok esetben ellentmondásban van egymással, nehéz megtalálni az egyensúlyt. A problémamegoldási stratégiák úgy önmagukban zsákutcát jelentenek, és az ebből való kilépés a másik ember irányába történő lépésnek köszönhető, ami természetesen első reakcióként a hatalommal, vagyis a mindentudás vágyával párosul. Ilyen értelemben a mindentudás mint vágy nem mondható teljesen rossz dolognak. Szabályozni kell ezt a vágyat, illetve észre kell venni, hogy a kettő között az egyensúlyteremtés a legfőbb cél.

A hagyományos zsidó-keresztény világnézetnek alapvetően megvan ez a képessége, hogy a mindentudás vágya és a problémamegoldás

között egyensúlyt hozzon létre, de ez a folyamat többlépcsős, és újabb tudásra van szükség ennek belátásához és megvalósulásához. Ennek kifejtésére nincs módunk ebben a dolgozatban, talán elégséges tudnunk azt, hogy gondolkodásunkat ez a kettősség jellemzi és ez az élet különböző területein megnyilvánul.

A bukástörténetet neveztük az első kudarcnak, amely megmutatta az emberi gondolkodás kettős természetét és egyértelművé tette az emberi végességet. Ennek belátása ugyanakkor további kudarcok meglétét feltételezi, és ennek gyűjtőneve a szenvedés. A szenvedés legnagyobb példája a bibliai Jób története, aki szinte megmagyarázhatatlanul, de kitart Isten mellett. Nincsenek racionális eszközök és magyarázatok mindarra a szenvedésre, ami Jób életében történt. Mi is itt valójában a tét? Egy eredeti szakítás kísértése jelenik meg előttünk lehetőségként, amelyben két főszereplő van: Isten és Jób. Alapvetően a kapcsolatról van itt szó, ami mindennél fontosabb, és ezt őrizni kell, mert ez jelenti a további lehetőséget még akkor is, ha a körülmények tébolyszerűen vesznek körül bennünket. Megtisztított konokság és rendíthetetlen hűség, látszólag ostobaságnak tűnő magatartás, amelynek azonban a lehető legegyszerűbb üzenete van: az eredeti kapcsolatot NEM lehet megszakítani, NEM lehet felmondani, NEM lehet felbontani. Isten és ember közötti kapcsolatban ez a titok. Miért tart ki hűségesen Jób, amikor gyakorlatilag mindenét elveszítette? Végeredményben elmondhatjuk, hogy egyebet nem tehet, kizárólag egyetlen lehetősége maradt: belekapaszkodni abba, akitől az életet kapta, fenntartani a kapcsolatot a létezés urával. Megélhető ez egyfajta kudarcként, de mégsem teljes vonatkozásban, mert a szenvedés titkában mindig jelen van a fentebb említett jóbi magatartás, a reménykedő konokság és kitartás a kapcsolat fenntartása érdekében. A szenvedés mindig csatlakoztatható magatartás, nem önmagában zajló folyamat, éppen ezért felajánlható, éppen ezért van értelme végigélni. A konokság, ami látszólag értelmetlen dolognak tűnik, belsőleg a létezés legeredetibb gyökeréhez csatlakoztatható kapcsolatfenntartásról szól, amely valójában a hűség jegyeit hordozza, és ez serkentő erővel hatja át az embert, ezért képes cselekedni, akár „boldogsággal” beszélni szenvedéséről.

Tulajdonképpen a hagyományos zsidó-keresztény szemléletben a racionalitás legszebb példáját láthatjuk, amikor a szenvedés problematikája nem kerül zsákutcába, hanem a gondolkodás, a létezés akarás stratégiája mentén halad tovább, így adva esélyt arra, hogy a szenvedés másokért is vállalt szolidaritássá váljon, ami közösségi szempontból sem elhanyagolható. Ennek egyértelmű példája a kereszténység alapítójának, Jézus Krisztusnak az élete és halála (1. Újszövetség). Azóta a szenvedés közösségi élmény, még akkor is, ha senki nem hallja és nem látja az éppen szenvedő ember hangját és arcát.

A kudarc összefonódik a szenvedéssel. Szenvedésünk valamilyen kudarc következménye, de az is lehet, hogy szenvedésünket úgy önmagában kudarcnak fogjuk fel. A kettő nyilvánvalóan nem lehet azonos. Inkább azt kell mondanunk, hogy a szenvedéssel a kudarcra válaszolunk, elhelyezzük egy olyan keretbe, ami fenntart és megalapozza emberi méltóságunkat. Hozzá kell tennünk azt, hogy mindvégig a gondolkodás mint problémamegoldási stratégia áll a középpontban. Ha ez valamilyen oknál fogva hiányzik vagy sérül, akkor bizonyára komoly sérelem érheti méltóságunkat is. Ezért történhet meg az, hogy a szenvedés méltóságon alul is megnyilvánulhat.

Ilyen értelemben a szenvedés a lehető legnehezebb racionális erőfeszítés, még akkor is, ha tele van értelmetlennek látszó magatartásokkal, cselekvésekkel és körülményekkel. Azt is mondhatjuk, hogy Isten és ember közötti kapcsolatban ez a racionalitás jelként funkcionál, a *létezési érdemes* jeleként.

Következtetéseinket levonva elmondhatjuk, hogy a zsidó-keresztény szemlélet alapján a kudarc emberközelié válik, van benne olyan elem, ami által közelebb kerülhetünk önmagunkhoz és embertársainkhoz, mindvégig fenntartva a racionalitás eszköztárát. Ebben az eszköztárban fellelhető a mindentudás vágya mellett a gondolkodás mint problémamegoldási stratégia. Ebben a sémában ugyanakkor azt is látnunk kell, hogy nagyon sok félreértéssel találkozunk, amikor a kudarc értelmezésére kerülne sor. Az első és leglátványosabb félreértés a racionálisnak tűnő szembeszegülés, amelynek alapvető következménye a hűtlenség, a létezés urától való

elfordulás. Ebben a zsidó-keresztény sémában történhet meg az, hogy szembeszállnak emberek mindazzal, ami a legtermészetesebb dolog lenne. Mi is történik itt valójában? A kudarcra kudarcral választanak, ami a lehető legrosszabb alternatíva, mert a végeredmény pánikszerű cselekvés, illetve racionalitásvesztés, majd teljes csőd.

A hagyományos zsidó-keresztény világkép teszi lehetővé azt, hogy bárki ellentmondjon a krisztusi példának. Ebben a kontextusban jön létre minden ellentmondás, ennek a sémának ez a sajátossága. Ezért történhet meg az, hogy beszélünk valamiről, ami érték, majd ezt követően szinte ugyanolyan sziporkázóan elmondhatjuk az előbbi dolognak az ellentétét, és ez elég logikusnak is tűnik.

A média világa naponta szolgáltat olyan megoldásokat, amelyben ez a kettősség tetten érhető, de inkább a székszis irányába hajlítja az embert, és bizonytalanságba taszítja.

Elérkeztünk ahhoz a ponthoz, amikor beszélni kell a modern vagy posztmodern felfogásról.

Modern vagy posztmodern értelmezés. Ebben a felfogásban a kudarc egyértelmű szégyennek számít, valami olyasminek, amit el kell rejtteni, amit lehetőleg titkolni kell. Nyilvánvalóan ez a kontextus szerves része az előbbinek, amit hagyományosnak nevezünk, mert hiába mond valami újat, illetve kínál valami új magatartásminztát, észre kell vennünk, hogy egyértelműen az első reakciójaként fogható fel. A fentebb említett médiás példa is mint félreértés valójában a modern vagy posztmodern értelmezés szerves részét képezi. Minél inkább távolodni a hagyományos értékektől és azok megismerésétől, ez a legnagyobb célkitűzés. Miért van ez így? Érdekes módon ebben a reakciós szemléletben kizárólag a sikernek van hírértéke, ha valami egyébről próbálnak tájékoztatni vagy meggyőzni minket, akkor ebben a kontextusban csalódnunk kell. Elhítetik velünk előbb-utóbb, hogy kizárólag a sikerről érdemes beszélni, mert ennek van nézettsége, mert erre fognak odafigyelni az emberek. A sikerrel ellentmondó viszonyban levő fogalom a kudarc, ami balsikernek minősül, és ilyen értelemben a lehető leg-rövidebb időn belül illik elfelejteni vagy elrejtteni, eltitkolni. A siker látszatának fenntartása is jobb stratégia, mint a kudarc felvállalása.

Miért? A válasz viszonylag egyszerű: a kudarc elsősorban botrány, olyan tényállás, ami racionálisan nem ellenőrizhető, ezért inkább menekülni kellene előle, mintsem okoskodva szembenézni vele. Egyébként is ebben a túlmediatizált reklámvilágban valójában nincs idő arra, hogy elgondolkodjunk sajátos kudarcainkon vagy éppen az aktuális problémákon, amelyek kudarclehetőségeket rejtjenek magukban. Ezekkel szemben nagyon gyorsan érkeznek látószögünkbe azok a gyors receptek, amelyek egyrészt tüneti kezelésként hatnak az esetleges kudarcokra, másrészt pedig feledtetni próbálják a nehéz pillanatokot és folyton a siker szajkózásával igyekeznek szórakoztatni bennünket. Külön szakértői stábok működnek már egyes médiaműhelyekben, ahol gondosan vigyáznak arra, hogy a kudarc mint botrány napvilágot ne lásson, mert egyébként a nézettségi szint zuhanni kezd.

Ebben a kontextusban a szenvedésnek sincs már helye, az is szégyellnivaló, sőt nagyon sok esetben a kudarcot azonosítják a szenvedéssel. Mintha nem lenne idő már arra, hogy a kettő között különbséget tegyünk. Valójában, ha végiggondoljuk ezt a folyamatot, akkor azt is látnunk kell, hogy maga a siker fogalma sincs letisztázva, nem tudjuk, mit is jelent. Mitől vagyunk sikeresek, illetve hogyan lehetünk sikeresek? Mi a fokmérője a sikernek?

A külső környezet jelzi azt, hogy egyáltalán beleférünk-e ebbe a kategóriába vagy sem. Tehát az első megközelítésben többé-kevésbé sikeresnek tűnünk fel, majd ezt követően, amikor közelebb kerülünk, akkor általában átalakul az első benyomás. Mindenképpen szájról szájra terjed az információ arról, hogy mennyire vagyunk sikeresek vagy sikertelenek. Ez egy kissé sztereotipikus, mert már előregyártott képek mentén is kialakítjuk véleményünket, amikor azt gondoljuk emberekről, hogy ők eleve mázlisták, mert mindig szerencsésük van, vagy másokról épp az ellenkezőjét gondoljuk, hogy ők szerencsétlenek.

Míndezek alapján azt láthatjuk, hogy ebben a kontextusban előregyártott típusok vannak, amelyek mentén próbáljuk beazonosítani a környezetünkben élő embertársainkat. Mindenki azon van, hogy lehetőleg a sikeresek táborába tartozzon, még véletlenül se következzen be ennek az ellenkezője. Mert mi is történik azzal,

akit szerencsétlennek látnak? Továbbblökik ezen a sztereotipikus úton és bizonyára valamilyen irracionális ok-okozati összefüggést keresnek annak magyarázatára, hogy ő éppen miért kudarcokkal terhelt. Az irracionális ok-okozati magyarázkodás a lehető legveszélyesebb kommunikáció, mert előbb-utóbb megtermi „gyümölcsét”, ami által nagyon sok kár keletkezik a kapcsolati rendszerben. Visszahat és nagyon gyorsan tovaterjed bármilyen ellenőrizetlen, információnak feltüntetett vélekedés. Hajlamosak vagyunk elhinni, majd hirtelen elfogadni bármit, ami nem rólunk, hanem mindig egy éppen jelen nem levő harmadik személyről szól. Szinte cinkosan vesszük tudomásul azt, hogy a harmadik fél bajban van, és titkon örülünk annak, hogy nem rólunk van szó. Önkéntelenül is keressük a történetet, azt az olykor irracionális ok-okozati összefüggést, ami számunkra megmagyarázza az adott helyzetet.

Ha végül is racionális lehetőségét keressük annak, hogy csakugyan magyarázatot találjunk erre a jelenségre, akkor a következőket mondhatjuk: 1. A túl sok és túl gyorsan felénk zúduló információhalmaz feldolgozása nem történhet meg zökkenőmentesen. 2. Az ok-okozati összefüggések keresése természetes folyamat, mert ebben tetten érhető az a motívum, amit legegyszerűbben önszeretnek nevezhetünk. (A másik nyomorúságának híre vagy látványa arra indítja az embert, hogy önmagára gondolva egy kissé elővigyázatosabban éljen, egy kissé gondosabban cselekedjen, mindenképpen óvatosabb legyen. Az ember ezáltal is menteni kívánja életét, ezért mondhatjuk azt, hogy önszeretetből keresi az ok-okozati összefüggéseket.) 3. A viktimizálás a bűn és bűnhődés kettősségével jár együtt, és ennek egyértelmű háttere és alapja a hagyományos zsidó-keresztény kultúrában található meg. Tulajdonképpen ez az a pont, ahol racionalitásunk belebotlik egy olyan közegbe, ami számára idegen és soha meg nem szelídíthető valóság.

Az alábbi kérdéseket tesszük fel vagy tennénk fel általában:

Első kérdés: miért vannak közöttünk olyan emberek, akiket látszólag sorozatosan érnek csapások, másokat pedig kevésbé, és miért vannak olyanok, akik folyton szerencsések?

Második kérdés: vajon milyen bűne van annak, illetve kinek vétett az, akit ennyire büntet a sors vagy az Isten?

Harmadik kérdés: lehet, hogy nem is az ő bűneiről van szó, hanem az őseinek bűneiről, és vajon mik voltak ezek a bűnök?

Negyedik kérdés: mit lehet tenni most?

Ötödik kérdés: mikor kerül sor rám?

Ezek a kérdések szerények, de okfejtés van bennük és racionalitásunk gyümölcsei, ezért első körként elfogadhatóak. Ugyanakkor ebben a kultúrában a leggyakoribb „megoldás” a menekülés, vagyis a szerencsétlennek címkézett embert tisztátalannak kiáltják ki, akitől menekülni kell, lehetőleg nem beszélnek róla, egy idő után pedig úgy tűnik, mintha nem is létezett volna, annyira elfojtódik az egész esemény. Ez egyfajta racionalitásnak feltüntetett magatartás, amely valójában előre való menekülés és a probléma elkendőzése, elfojtása. Az elfojtásban nyilvánvalóan benne vannak a fentebb felsorolt kérdések is, tehát ma már esélyünk sincs arra, hogy szembenézzünk önmagunkkal, miközben kérdéseinket letisztázzuk, majd megfogalmazzuk. A környezetünket leterhelő médiavilág a maga kommunikációs eszköztárával tulajdonképpen hozzásegít az elfojtáshoz, amikor a sikeresek táboráról beszél és arról, hogy lehetőleg mindenki tartozzon oda. Ez ma már az egyetlen cél: legyünk sikeresek még akkor is, ha ez csak látszólag mondható el rólunk. Kudarcainkat gondosan el kell titkolnunk mindenki előtt, mert ezek csúnya és számunkra idegen dolgok. *Hogyan legyünk sikeresek* címmel tucatnyi felkészítő módszer áll rendelkezésünkre. Ezeknek jó része elsősorban az elfojtás technikáját igyekszik megtanítani az embereknek. Tegyük hozzá gyorsan, hogy ez az egész rendszer képmutató, mivel soha nem valósulhat meg az, hogy mindenki a sikeresek táborába tartozzon. Egyébként is akkor érezhetik magukat sikeresnek egyesek – ebben a kontextusban –, ha vannak még ezzel ellentétben kudarcra ítélt emberek, tehát akkor működik jól ez a séma, ha vannak olyanok, akikre mutogathatnak, hogy íme, ők a balgák. Így jönnek létre az elit csapatok azokból az emberekből, akik elsősorban tudják, mit is akarnak, ebből következik az is, hogy vélt racionalitásuk teljes birtokában „acél” jövőképük van. Tulajdonképpen ezen személyek bármelyik pillanatban elcsúszhatnak, összeomolhatnak, mert még senki sem mondta nekik, hogy ők is az előre menekülés stratégiája szerint, csak az elfojtás technikája révén képesek felszínen tartani saját erejüket.

Szánalmas magatartás, de mi vagyunk ezek! Ennek az elitizmusnak egyébként elég nagy hatása van, mert embereket kápráztat el, főleg a média közvetítése révén, amikor sorozatos sikerekről beszélnek és nyilvánvaló költői kérdésként ennek a titkára keresik a választ.

Különös látvány, amikor valaki neveltetésétől fogva a sikerorientáció foglya. Miért tekinthető fogolynak valaki, amikor valójában jól akarnak neki, és neveltetésében fontos szerepet játszik a siker hangsúlyozása? Azért, mert gondolkodásában az előre menekülés stratégiája és az elfojtás úgy kerül bevezetésre, hogy észre sem veszi, mert felülről jövő utasításként kapja, parancsra cselekszik. Ezt a mintát kényszerű módon öröklő azoktól, akik nevelik, ezek lehetnek szülők vagy oktatók egyaránt. Hiába is mondanánk egy ilyen fiatalnak, hogy legyen óvatos, mert a jövő tervezésében lehetnek bizonytalan és kiszámíthatatlan pontok – nem, ő magabiztos és nem érténé, sőt inkább ostobaságnak tartaná az óvatosságra való felhívást.

Még különösebb látvány az, amikor a sikernek alapja van, de a fogoly mivolt ugyanúgy érzékelhető. Ilyenkor bármi történhet, és tegyük hozzá, nem kedvező módon. Az embernek együtt kell élnie ellentmondásaival. Minél nagyobb a távolság két dolog között, annál nehezebb a két pólus összekötése. Az egyik a sikerorientáció szajkózása, vagyis az, hogy velem csak jó dolgok történhetnek, a másik pedig a kudarcélmény valósága, amikor minket is utolér a balsors.

Jó lenne megtanulni valamit ebből a kettős játékból. Igen, de miért? A mindentudás birtokosaként uralkodni szeretnék vagy pusztán problémamegoldó képességemet szeretném elővenni.

Interdiszciplináris háló

Azt kell mondanunk, hogy a kudarc fogalmát egyetlen tudományág sem tekintheti a magáénak.

Tekintettel arra, hogy kommunikációs közegben lezajló folyamatról beszélünk, sőt ez a kísérlet is ezt az eszközt használja (mert egyebet nem tehet), valójában be kell ismernünk: miközben arra törekszünk, hogy a kudarcról beszéljünk, megtörténhet, hogy mellébeszélünk. Legtöbb esetben ez is történik: a kudarc mellett annak tagadásáról is

szólhat a történet. Ezért mondható: a kudarc arcvonásai különfélék, és ha arra törekednénk, hogy valamiképpen egységes képet alkossunk erről a témáról, nehezen tudnánk olyan közös pontot találni, amely minden kudarc-történetben ugyanarról szól. Mindemellett feltételeznünk kell azt, hogy a kudarc körül van néhány dolog, ami lehetővé teszi a közös támpontok keresését. Következésképpen pontosan kell rögzítenünk, majd leírunk azt a néhány kísérő jelenséget, ami a kudarcot körülveszi. Hol van a kudarc? A kudarc elsősorban a kommunikáció hálójában érhető tetten. Élményként van ott, rossz érzésként, hiányként vagy veszteségként, megalázottságként. Ezért mondhatjuk azt, hogy a kudarcnak hírvivője van, vagyis olyan jelenség ez, ami felhasznál valamit vagy valakit. Kulturálisan jól beágyazott cselekvések sorozatáról van szó, amelyeknek már etikettje is van. Úgy is felfogható, hogy a kultúra egyfajta kijózanító és ugyanakkor megszelídítő funkcióval rendezi, majd újra átrendezi a kudarcok történeteit. Mindez úgy történik, hogy közben az ember kellő szabadságérzettel és racionalitással felvértezve küzdhet saját kudarcjaival szemben.

Mondtuk azt, hogy feltételezhetünk egy hírvivőt, ami a kudarc előtagjaként is felfogható. Ez egyértelműen külső erőként hat az emberre, még akkor is, ha a kudarc maga belülről fakad. A hírvívés mindig külső tényező, mindig kívülről jut el az emberig, szóba kerül, tehát a kommunikáció eszközeit felhasználva juthat tudomásunkra a kudarc.

A külső tényező nélkülözhetetlen, ez annyit jelent, hogy térben és időben lezajló folyamat részeként értelmezzük a kudarcot.

Perszonálfilozófiai megközelítésünkben rendkívüli óvatossággal kell ügyelnünk arra, hogy a kudarc mint negatív élmény a maga sajátosságával hasson, és lehetőleg tegyük zárójelbe előítéleteinket ezzel kapcsolatban. Látnunk kell ugyanakkor azt is, hogy előítéleteink itt elsősorban a jó szándékról, a leplezésről, a kudacról mint problémamegoldásról szólnak. Ez természetesen fenntart egy ellentmondást, mert a gondolkodásunk egyértelműen problémamegoldási stratégiaként lépteti elő a kudacról szóló történetet, tehát szó sem lehet a kudarc teljes mezeitelenségig megjeleníthető ábrázolásáról. Erre egyébként képtelenek lennénk.

A kudarc mint negatív élmény, amikor már szóba kerül(het), eltompul, veszít eredeti jellegéből, azt is mondhatnánk, hogy „eladhatóvá” válik. Tehát beszélünk valamiről, ami már régen elveszítette eredeti jellegét, valamivé vált. Most már beszélhetünk róla, de azt az eredeti pillanatot, amikor tudatosan bennünk a kudarc, nem tudjuk megragadni, nincsenek rá eszközeink.

Késleltetett fázisban, amolyan következmény-létben vagyunk, és talán ritka adomány, hogy ezt legalább beláthatjuk és többé-kevésbé érthető módon beszélhetünk róla. Magyarán: a kudarcban történik valami leírhatatlan és kimondhatatlan; az, ami már leírható és elmondható, egy elviselhető változat, és éppen ezért nem lehet eredeti. Ettől a perctől kezdve azt is mondhatnánk, hogy minden leírás képmutatásnak minősül. Így lenne? Addig nem vétkezünk, ameddig szem előtt tartjuk ezt a logikai felállást és ennek mentén fogalmazzuk meg tételeinket. Tudjuk azt, hogy van egy élmény-pont, ahol és amikor megtörténik az ember–kudarc találkozó. Ezt követően, amikor az ember már beszélni kezd élményéről, tulajdonképpen kiderül, hogy az egy olyan probléma, amit szükségszerűen meg kell oldania, egy olyan gond, ami esetleg szóra sem érdemes stb. Mondhatunk-e többet erről az élmény-pontról? Ha van ilyen, akkor talán kezdhetünk valamit a következmények átértékelésével! A kudarcot át kell értékelnünk, helyére kell tennünk. De hogyan?

Az emberi létezéssel egy időben feltételezni kell valamit, ami már a kezdetek elején ott volt és valahogyan kudarcnak minősül. Mondhatnánk azt is, hogy állandó kísérő jelenségként jelen van valami abból, amit kudarcnak gondolunk. Az a tényállás, hogy az ember mint bonyolult biológiai rendszer születésétől kezdve az elmúlás, a pusztulás útját járja, valójában azt jelenti, hogy a kudarc kodifikációjával kell együtt élnie.

Láthatjuk azt is, hogy több dologról van itt szó. Ezért előjáróban mindenképpen feltételeznünk kell az esektológiát mint kudarc-elméletet, amely általános érvényű gondolat.

Elsőként tételezzük általános elvként és az emberi létezésre érvényesként a kudarc kodifikációját, vagyis azt a léthelyzetet, amelyben implicit módon megtaláljuk a kudarcot mint lehetséget. Tehát a

legáltalánosabb körben, mindenre érvényes módon tételezhető a kudarc kodifikációja mint lehetőség.

Másodsorban tételeznünk kell azt az élmény-pontot, amikor az ember találkozik a kudarcral. Ez külön fejezet lehetne vizsgálódásunkban, mert nem tudhatjuk, hogy ebben a találkozásban az ember hogyan reagál a kudarcra. Egyáltalán kudarcként fogadja-e vagy valami egyébként értelmezi? Egyáltalán reagál-e a találkozásra vagy észre sem veszi, hogy történt valami körülötte?

Harmadrészt látnunk kell azt is, hogy külön-külön emberi létezésünkben a kudarcnak mindig van valamilyen előrevetítő és nevelő hatása. Azt is el kell ismernünk, hogy sajnos nem mindig jutunk el erre a belátásra. Ebben az összefüggésben valójában a kudarc értelmezéséről beszélhetünk, és arról a stratégiáról, hogy miként lehet tőle megszabadulni.

A filozófia szerepe a kudarckutatásban

Mi is a kudarc valójában? Két irányból közelíthetünk a témához. Kívülről azt mondhatjuk, hogy ez problémamegoldás. Ezen a szinten olvashatók a történetek, értelmezések, kiutak és tévutak. Idetartoznak továbbá a kudarccéltelmezések: 1. a nominális értelmezés, 2. a hagyományos zsidó-keresztény értelmezés, 3. a posztmodern értelmezés. Belülről ugyanakkor van a kodifikáció, amely eleve az emberi lét esetlegességére utal.

Miért kell erről beszélnünk? Elsősorban azért, mert nincs kellő tudatosítás, inkább a menekülési útvonalak láthatók, és azon illúzió, hogy a kudarcot, ha nem beszélünk róla, akkor nem létezővé formálhatjuk. Ha pusztán a sikerről szól a propaganda, akkor ez azt jelenti, hogy a kudarcról nem beszélünk, és ez a legnagyobb rejtett illúzió.

Hogyan képzelhető el a gyakorlat ebben a kutatásban?

Elsősorban a logika eszköztárát használjuk a kommunikáció síkján. A logikai alapelvek és alapformák segítenek abban, hogy elsődlegesen képet alkossunk, majd ellentmondásainkat megfogalmazzuk, ezt követően alkalmunk nyílhat egyfajta hatalomanalízisre, amelynek eredményeként akár új fogalmak segítségével

közelíthetünk problémánk felé. Az új fogalmak új összefüggések és belátások eredményeiként foghatók fel. Ez pedig építkezést, valamilyen új viszonyrendszert jelent elsősorban.

A kudarcértelmezésben azt kell látnunk, hogy a másik ember ugyanolyan lény, mint mi vagyunk! Mi is az, ami napjainkban a legfenyegetőbb? A másikkal való kommunikáció képtelensége, ami a kölcsönösség alapján működik, és ez tekinthető a lehető legnagyobb kudarcnak.² Nyilvánvaló, mondja Lacroix, hogy én nem lehetek önmagam, csak akkor, ha egyesülök egy másik személlyel, aki az embertársam. Ha ez nem sikerül, akkor önmagammal leszek kettőssé, kettéhasadok. A kudarc végső problémája éppen ez, hogy létezik-e valamilyen gyógymód erre a lelki kettéhasadásra, és lehetséges-e a megbékélés a másikkal és önmagunkkal.³

Ha jól megvizsgáljuk, akkor a méltóságvesztés mértéke a kérdés és ennek észrevételezése. Milyen mértékben tudatosan a résztvevőkben az, hogy a kudarc elsősorban méltóságvesztést jelent? Egyáltalán, a kudarcot elszenvedő ember számára mennyire tudatos a helyzet súlyossága? A kommunikációban van-e irányultság arra, hogy a kudarc által okozott sebek begyógyuljanak? Erre a három dologra figyelhet oda a gyakorlati filozófia: elsőként kimondja a méltóságvesztés mértékét, majd kritikai szemlélettel közelíti meg a kudarc „helyszíneit” és szereplőit (főleg a vezető pozícióban levőket érheti kritika), harmadsorban pedig kialakítja a gyógyulás kommunikációját.

A méltóságvesztés mértékét kimondjuk és leírjuk, amikor a logikai redukció módszerét alkalmazva az ellentmondásokról, a fogalmak használatáról és a következtetések irányairól teszünk említést.

A kritikai szemlélet tanúbizonysága pedig a kudarchelyzet minden szereplőjének vizsgálatáról szól, elsősorban a vezetők felelősségéről.

A gyógyulás kommunikációja mint harmadik és egyben befejező rész jöhetne szóba, amennyiben sikerül megtalálni azokat az alapfogalmakat, amelyek kellő talapzatot képezhetnek egy további építkezés során az emberi méltóság gyógyulása érdekében.

2 Jean Lacroix: *L'êchec*. Paris, PUF (coll – Initiation Philosophique), 1964, 35.

3 Uo. 36.

Azt kell mondanunk, hogy az esektológia mint lehetőség interdiszciplináris kutatási felületként fogható fel. Azt kell látnunk, hogy kinyílik egy kapu előttünk, és különös módon nem belépünk valahová, hanem a lehetőségek átvilágíthatják gondolkodásunkat. Röviden: tanulási folyamatként foghatjuk fel.

A keret nagy vonalakban adott: külső és belső fronton csatába lehet szállni. A lépcsőfokok is adottak: ellentmondásaink leleplezése, tükröztetése, majd a hatalom-analízis, ezután jöhet a gyógyulás kommunikációja.

Új fogalmak kerülhetnek bevezetésre, amelynek nyomán új definíciók születhetnek. A háttérben új gyakorlati terepek nyílhatnak meg, és új modellek válhatnak élővé. Hogyan? Kreatív elemek, összefüggések belátásával és észrevételével. Nyilvánvaló, hogy pusztán kreativitással ötletgyárként működhetnénk, de eredeti céljainktól távol lennénk.

Meg kell találnunk azt a keretet, ami az interdiszciplinaritás hiteles, elfogadható terepe. Meg kell hívnunk a hittudomány, a lélektan, az orvostudomány, a számítástechnika képviselőjét és olyan gyakorlati filozófiát kell művelnünk, amely a gyógyulás lehetséges változatait magába zárja.

Mindezek akár évekre megszabhatják a kudarckutatás perspektíváit.

Conținut

Fenomenologia eșecului

Cuvinte cheie: *eșectologie, personalism, interpretarea eșecului, limitele competenței, rețeaua internă a interpretării, interpretarea tradițională a eșecului, misterul suferinței, interpretări moderniste și postmoderniste, rețeaua interdisciplinară, transmîțător de știri, punct de experiență, codificarea eșecului, rolul filosofiei, pierderea demn*

Trăim într-o lume în care este apreciat succesul, biruința asupra celuilalt, și în nici un caz eșecul. De fapt, nici nu știm cum se poate clasifica eșecul. În majoritatea cazurilor ne este jenă, deoarece suntem nevoiți să trecem prin eșecuri în cursul unor evenimente și întâmplări pe care nu le acceptăm cu ușurință.

Nici din punct de vedere științific nu este ușor interpretarea eșecului, dar e evident că intră în categoria de societate și om. De asemenea, există tot atâtea fețe ale eșecului câți oameni.

Reprezentarea individuală are un caracter mai puțin științific, de aceea trebuie să ne îndreptăm spre definiții mai generale, deși astfel autenticitatea comunicării se pune sub semnul întrebării. Se poate observa caracterul contradictoriu a acestei analize aparent simple.

Deși acest discurs se ocupă de fenomenologia eșecului, relatarea are totuși un caracter optimist și e pătrunsă de o profundă speranță, bazându-se pe noțiuni și concepte bine definite pentru a ieși din criza eșecului. Dar este oare filosofia într-adevăr competentă să trateze problema eșecului? Răspunsul este afirmativ deoarece filosofia – și mai ales personalismul – este interesat de toate aspectele existenței și experienței umane, care include și eșecul. Bineînțeles, situația de eșec e de fapt un fenomen relativ, de ex. eșecul unei persoane poate însemna succesul alteia, astfel este dificil să găsim criterii obiective în analiza acestui subiect.

Din punct de vedere etimologic, eșecul (sau insuccesul) înseamnă faptul că nu s-a atins obiectivul propus. Termenul provine din cuvântul persan „shah”, transmis în limba franceză veche ca „eschec”, iar în limba engleză ca „check” fiind o expresie folosită în jocul șah. Aplicând termenii acestui joc, putem distinge câteva faze ale eșecului: faza inițială, când ne dăm seama de posibilitatea reală a unui insucces; apoi „faza de șah”, când ajungem în situația unui eșec; urmată de „faza pre-mat”, în care șansa de a ieși cât de cât biruitor din această situație se risipește; iar în final „faza de șah și mat” a eșecului total, însemnând terminarea jocului.

Interpretarea eșecului în tradiția iudaico-creștină se bazează pe istorisirile biblice despre căderea omului în păcat. Din acestea se poate deduce că toate problemele omenirii rezultă din adâncă dorință de omnisciență ceea ce înseamnă totodată și putere și biruință asupra altora. Această dorință poate avea și aspecte pozitive, dar în cazul în care este reglat. Eșecul este legat de asemenea de suferință, personalități reprezentative fiind: Iob cel credincios din Vechiul Testament și însuși Isus Hristos din Noul Testament. Mesajul povestirii lui Iob constă în convingerea că suferința nu îndepărtează omul de Dumnezeu, iar Isus ne arată că aceasta poate fi o putere mântuitoare.

Interpretările moderniste și postmoderniste la rândul lor aleg o cale total diferită, considerând eșecul ca pe un lucru demn de rușine, care trebuie ascuns. Singurul lucru despre care merită să se vorbească este succesul, unica valoare în ideologia lor. Omul trebuie să mențină aparența succesului la orice preț, și să se ferească de oamenii neizbutiți. Astfel, prin orientarea exclusivă spre succes, acest tip uman devine prizonierul educării și formării sale.

Acest proces este exclusiv rațional dar cu o precizare: situația de eșec nu este o stare statică. Aceste două aspecte, raționalitatea și dinamismul joacă un rol important în definirea științifică a problemei. Care disciplină științifică este capabilă de a nuanța esența problematicii eșecului? În ce fel de contexte apar interpretările acestuia? Răspunsul univoc la prima întrebare este: fenomenologia eșecului sau cercetarea pe această temă numită „eșectologie” presupune disciplinele de științe socio-umaniste cum ar fi: pedagogia, psihologia, sociologia, filosofia. La rândul său filosofia poate fi disciplina-cheie în adoptarea unei metode de cercetare și sintetizare a problematicii.

În acest sens se propune ca metodă reducția logică. Ce înseamnă acest proces? În analiza noastră logica tradițională este aplicată prin cele trei noțiuni de bază ale sale: conceptul, propoziția, inferența. Aceste trepte vor sta la baza interpretărilor în scopul elucidării problemelor. Esența problematicii eșecului constă în faptul că omul este privat de dignitate. În prima fază trebuie să observăm că noi toți suntem egali ca persoane dar totodată nu suntem identici. Dar sunt oare persoanele implicate în situațiile-eșec conștiente de gravitatea acestei probleme? Poate comunicarea ajută la vindecarea rănilor pricinuite de insucces?

Filosofia practică poate observa gradul pierderii demnității umane, apoi să cerceteze în mod critic locațiile și participanții al acestui proces (criticând mai ales pe acele persoane care se află în poziții de conducere), iar în final să elaboreze metodele unei comunicări terapeutice. Aceasta din urmă înseamnă găsirea noțiunilor de bază care pot servi la fundamentarea construcției de vindecare și restaurare a demnității umane.

Prin urmare este posibil o interpretare învingătoare și educativă a eșecului, dar aceasta se poate realiza numai printr-o muncă de cercetare interdisciplinară, care include reprezentanți ai teologiei, psihologiei, medicinei și informaticii, coordonați de o filosofie practică. Aceasta va constitui sarcina explorării viitoare în scopul atingerii fazei de comunicare terapeutică.

Abstract

Background Questions About the Notion of Failure

Keywords: *failureology, personalism, failure-interpretation, boundaries of competence, internal net of interpretation, traditional failure-interpretation, the secret of suffering, modern and postmodern, interdisciplinary network, news-transmitter, point of experience, the role of philosophy, loss of dignity*

It is success and triumph over others that is appreciated in our world, never defeat or failure. In fact, we do not even know how to classify failure. In most cases we are ashamed and it is difficult for us to accept when we fail.

It is also difficult to interpret failure scientifically. However, it is obvious that the human being and society is involved. There are as many stories of failure as people. Individual representation is less scientific, therefore it is necessary to obtain more general definitions, even though the authenticity of communication is thus questioned. This relatively simple analysis has therefore a contradictory nature.

Although the present discourse deals with failure as a problem, it is also seeking for a hopeful voice, words and notions which can offer help in the process of getting out of nadir. But is philosophy really entitled to deal with the problem of failure? The answer is affirmative as philosophy – especially personalism – is interested in all aspects of human existence and experience, therefore failure as well. It is obvious that failure is a relative situation, as one person's failure can be the success of another, therefore it is difficult to find objective criteria to analyze this subject.

From the etymological point of view, failure means that someone was not able to achieve his aim. The term has its origins in the Persian word “shah”, used in Old French as “eschec”, meaning “check” in English, as in chess. We can speak about the different phases of failure: first we realize the theoretical possibility of a fiasco, then a “check-phase” when we find ourselves in this situation, followed by a “pre-mate” phase when our chances of successfully solving the problem are diminishing, and finally a “check-mate-phase” of total failure, the end of the game.

The traditional interpretation of failure in the Jewish-Christian culture is based on the Biblical story of man's fall. It can be deduced that mankind's problems originate in the wish for omniscience which also means power and domination over others. This wish has positive aspects, too, but it needs regulation. Failure is also connected to suffering and pain: Job in the Old Testament and Jesus Christ in the New Testament are emblematic figures in this respect. The message of Job's story is that suffering does not alienate man from God, and Jesus shows us that suffering can be a redeeming power.

In the modernist and postmodernist interpretation failure must be concealed as something shameful. Success is the sole value of this ideology. One has to keep up the appearance of successfulness at any price and turn away from unsuccessful people. These success-oriented persons are prisoners of their upbringing.

It is evident that we speak about an exclusively rational effort and a situation which is far from being at a standstill. These two factors, rationalism and dynamics have an important role in the scientific definition of the problem. Which disciplines can nuance the essence of failure? In what contexts does the interpretation of failure appear? “Failureology” as the science of failure-research involves the following disciplines: pedagogy, psychology, sociology and philosophy. Philosophy has to undertake the task of developing the methodology of a viable pathway for other scientific disciplines.

Therefore, we suggest logic reduction as an instrument of methodology, using the three basic notions of traditional logic: concept, statement and conclusion. In each step it is necessary to elucidate problems.

The interpretation of failure involves the realisation that the other person is our equal, but not identical with us. It is necessary to perceive the rate of decline in human dignity. Are the participants aware of the fact that failure means first of all loss of dignity? Is the person who experiences failure aware of the seriousness of the situation? Can communication help in healing the wounds caused by failure? Practical philosophy deals with three important issues: the rate of the decline of dignity, the location and the participants of failure (especially people in a leading position) and curative communication aimed at restoring human dignity. The research of the phenomenon of failure is an interdisciplinary task involving experts in theology, psychology, medicine, informatics, as well as practical philosophy.

Dr. Borsos Szabolcs (1971) jelenleg a marosvásárhelyi Bolyai Farkas Elméleti Líceum kutató-tanára. Tanulmányok: Pázmány Péter Katolikus Egyetem – Budapest, Hittudományi Kar, 1990–1992 nappali tagozat, 1992–1995 levelező tagozat; Babeş–Bolyai Tudományegyetem – Történelem-Filozófia Kar – filozófia szak 1992–1996 nappali tagozat; Semmelweis Egyetem – Egészségügyi és Sporttudományi Kar – mentálhigiéné szak (szakirányú továbbképzési szak), 1998–2002 – mentálhigiénés szakember szakirányú szakképzettség. Könyvek, monográfiák, könyvfejezetek: Borsos Szabolcs: *A létalkotó személy. (Vallásbölcséleti bevezetés)* Mentor, Marosvásárhely, 1997. (oldalszám 140/B5); Borsos Szabolcs – Pápai József: *Vallástörténeti vázlat.* (Alternatív tankönyv a líceumok első évfolyama számára). Erdélyi Tankönyvtanács, Ábel–Kolozsvár. 2002 (oldalszám 95/A4); Dr. Borsos Szabolcs: *A perszonalizmus mint az önismeret filozófiája.* Kreatív Marosvásárhely, 2005 (298/A5); Borsos Szabolcs – Pápai József:

Vallás és kultúra I. (Alternatív tankönyv a középiskolások első évfolyamai számára). Hoppá Kiadó, Marosszentgyörgy, 2005; Borsos Szabolcs – Pápai József: *Vallás és kultúra II.* (Alternatív tankönyv a középiskolások első évfolyamai számára). Hoppá Kiadó, Marosszentgyörgy, 2006; Borsos Szabolcs: *Önismeret a karrierépítésben.* Kreatív Kiadó, Marosvásárhely, 2006 (130/A5); Borsos Szabolcs: *Együttélés a gondolattal – írások a társadalomfilozófia tárgyköréből,* Kreatív Kiadó, Marosvásárhely, 2006 (164/A5); *Logika és érveléstan* c. tankönyv fordítása román nyelvről magyar nyelvre (2003).

Az értelemkérdés Viktor E. Frankl logoterápiájában¹

Kulcsszavak: *logoterápia és egzisztenciaanalízis, értelemkérdés, szellem (nous), értelem (Sinn), érték, lelkiismeret, szókratészi párbeszéd*

Az érzelmi kiüresedés, az emberi kapcsolatok, a kisebb-nagyobb közösségek szétzilálódásának korában a „miért élünk a világon?” örök emberi kérdésre adott hagyományos válaszok – nagy politikai ideológiák, vallási rendszerek, helyi tradíciók – sokak szemében mára elvesztették meggyőző és megtartó erejüket. Nem csoda tehát, ha az emberben egyre kényszerítőbb és sürgetőbb formában vetődik fel az értelemkérdés. Maga a kérdés persze nem új keletű,² s már akkor sem volt az, amikor a múlt század harmincas éveiben a bécsi orvos-filozófus, Viktor E. Frankl (1905–1997) elsőként próbálta tudományos terminológiába öltöztetni és leírni e jelenséget, ill. gyógymódot keresni rá. Meglátása szerint a „kenyérről és cirkusznál”, azaz pénznél és élvezetnél többre vágyó ember élete értelmének keresése közben „a mai társadalmi körülmények között egyre csak frusztrálódik. És ez onnan ered, hogy a jóléti társadalom, illetve a jóléti állam gyakorlatilag az ember minden szükségletét képes kielégíteni [...] csak egy szükséglet marad ki, és ez az ember arra irányuló szükséglete, hogy életében, vagy jobban mondva minden egyes élethelyzetben értelmet találjon – megragadva és beteljesítve azt!”³ Az értelmetlen élet okozta szenvedés

- 1 Jelen írás a 2009. november 11-én a nagyváradai Posticum és a Kolozsvár Társaság közös szervezésében rendezett előadás szövege, melynek célja a logoterápia általános bemutatása volt. Ezért nem állt szándékunkban sem a rendkívül szerteágazó és igen súlyos egzisztenciális, filozófiai és teológiai jelentőségű kérdéseket felvető frankli életmű teljes bemutatása, sem pedig egy-egy kiragadott gondolat mélyreható tárgyalása. A számunkra hangsúlyosabbnak tűnő elemek felelevenítésével igyekeztünk közérthető formában a frankli logoterápia és egzisztenciaanalízis általános bemutatásával szolgálni.
- 2 Jó áttekintést nyújt G. Minois, *Az életfájdalom története. A melankóliától a depresszióig*, Corvina, Budapest 2005.
- 3 Viktor E. Frankl, *Az ember az értelemre irányuló kérdéssel szemben*, Kötet kiadó, Nyíregyháza 1996, 45.

értelmközpontú pszichoterápiáért kiált, ezért alapította meg – S. Freud pszichoanalízise és A. Adler individuálszichológiája után – a logoterápia és egzisztenciaanalízis névre keresztelt harmadik bécsi pszichoterápiás iskolát, melynek középpontjában az értelmkérdés frusztrációja okozta szenvedések gyógyítása áll.⁴ Fontos azonban kiemelni, hogy Freuddal ellentétben, aki az értelmkérdés felvetődését az emberben már valamilyen lelki betegség kifejeződésének tartotta, Frankl a szellemi nagykorúság és éberség megnyilvánulását látja benne, hiszen rákérdezni létünk értelmére sajátosan emberi, sőt a legemberibb jelenségek egyike. Csupán a kérdés tartós frusztrációja következtében kialakuló egzisztenciális vákuum teremthet olyan szellemi szükségállapotot, amelyben – ha az ember nem talál fogódzókra – megjelenhetnek a szó szorosabb értelmében vett betegségek. Frankl leszögezi, hogy az általa alapított logoterápia és egzisztenciaanalízissel kibővült lélekgyógyászat elsősorban „olyan lelkileg szenvedő emberekkel foglalkozik, akik klinikai értelemben valójában nem tekinthetők betegnek. [...] de még ahol valódi klinikai tünetek fenn is állnak, cél lehet logoterápiával megszilárdítani azt a szellemi tartást, amelyre az egészséges átlagembernek kevésbé van szüksége, annál inkább a lelkileg bizonytalanak, éppen e bizonytalanságát kompenzáló”.⁵ Mélységes meggyőződése szerint „az értelemre való pozitív orientáció eszköze a gyógyításnak”,⁶ ehhez azonban az értelmkérdés felvetésének lényeges – saját szavaival élve: kopernikuszi – fordulatot kell adnunk, amely

4 „Az embernek segíteni az értelem megelégsében: a pszichoterápia egyik feladata; viszont a logoterápiának ez az igazi feladata.” (Viktor E. Frankl, *Az ember az értelemre irányuló kérdéssel szemben*, Kötet kiadó, Nyíregyháza 1996, 199) „A logoterápia [λόγος – szó, ok, alapelv; Θεραπεύω – gyógyítok] értelemmel való gyógyítást jelent. Az egzisztenciaanalízis pedig az egzisztencialista filozófusok által kiemelt sajátos emberi valóságra, az egzisztenciára irányuló elemzést. Pszichoterápiaként az egzisztenciaanalízis a konkrét ember egzisztenciális lehetőségeit feltérképező eljárás, amely a mindenkori helyzetet determináló tényezők összefüggésében az egyén értelemmegvalósítási lehetőségeire és felelősségvállalására fókuszál” (Sárkány P., Viktor Frankl vallásbölcseletének alapvonalai, in: Viktor E. Frankl – Pinchas Lapide, *Istenkeresés és értelmkérdés*, Jel, Bp. 2007, 127).

5 Viktor E. Frankl, *Orvosi lélekgondozás*, UR Kiadó, Budapest, 1997, 53k.

6 Viktor E. Frankl, *Orvosi lélekgondozás*, UR Kiadó, Budapest, 1997, 11.

ebben az aforisztikus megfogalmazásban jut kifejeződésre: „Nem az a fontos, hogy mi mit várunk az élettől, hanem az, hogy az élet mit vár el tőlünk”.⁷ Vagyis: az ember a megkérdezett, és nem a kérdező! Saját tetteivel felelnie kell azokra a kérdésekre, amelyek elé az élet állítja, azáltal, hogy „megfelel” a konkrét kihívásoknak és feladatoknak. S az ember „felelős” a válaszaiért, azért is, ha öngyilkosságba menekülve megtagadja a válaszadást, mert a maga módján, akarva-akaratlan, ezáltal is az értelemkérdésre ad felelet.

E logoterápiai elmélet életképességének szemléltetésére Frankl személyes életpéldája szinte önként kínálkozik, ezért mielőtt bővebb kifejtésébe bocsátkoznánk, erre vessünk egy rövid pillantást.

* * *

Visszaemlékezéseiben, interjúkban Frankl szerette kiemelni, hogy már gyerekként foglalkoztatta az értelemkérdés. Ötéves korában tette fel magának először a kérdést: az élet mulandósága vajon nem semmisíti-e meg mindazt a szépet és jót, amit az ember értelmesnek tapasztalt meg? Majd tizenhárom évesen biológiatanára megjegyzésére: „Az élet nem más, mint egy oxidációs folyamat”, felháborodottan azt válaszolta: „De tanár úr, akkor mi értelme lehet még az életnek?” Már tinédzserként szívesen olvasott pszichológiai és filozófiai könyveket. 16 évesen tartotta első nyilvános előadását a bécsi népfőiskolán *Az élet értelméről*. Pszichológiai-filozófiai érdeklődésének tanúbizonyossága, hogy érettségi dolgozatát is *A filozófiai gondolkodás pszichológiájáról* írta, ami élete végéig kutatásainak vezérfonala lesz. Nagyon fiatalon levelezni kezdett Freuddal, aki később egyik írását is kiadja. Bár első pszichológiai impulzusait is neki köszönheti, mégis hamar eltávolodik tőle, és A. Adler hatása alá kerül. Már ebben az időszakban csírájában megfogalmazza egyik előadásában azt a későbbi tételét, mely szerint a neurózisok nem mindig és nem szükségszerűen *pszichogén* eredetűek, hanem gyökerük az ember szellemi dimenziójába is nyúlhatnak, vagyis lelki konfliktusokra, értékválságra, egzisztenciális frusztrációra, az értelmes életbe vetett hit elvesztésére nyúlhatnak vissza, azaz *noogén*

7 Idézi E. Lukas, in: Uő, *Beteljesülés – értelemkérdés időskorban*, Jel, Budapest 2008, 32.

eredetűek. Mentoraival együtt e nézetei miatt mennie kellett az Individuálpaszichológiai Társaságból, de szerencséjére épp ebben az időszakban fedezte fel Max Schelert (1874–1928), akinek főművet (*A formalizmus az etikában és a materiális értéketika*), saját bevállása szerint, mintegy Bibliaként hordta magával. Scheler bölcelete új fordulatot adott szellemi útkeresésének, kigyógyította pszichologizmusából és megérlelte benne a logoterápia és egzisztenciaanalízis eszméjét. 1937 és 1939 között publikált tanulmányaiban megfogalmazta ennek alapgondolatait, de a háború megakadályozta abban, hogy egy átfogó műben is bemutassa rendszerét. A mű kézírata ugyanis a koncentrációs táborban elveszett, ahova 1942 őszén zsidó származása miatt rokonaival együtt deportálták. A koncentrációs táborokban tapasztaltakon Frankl lemérte elméletének gyakorlati életképességét, ez lett számára az *experimentum crucis*. Közvetlenül szabadulása után megírt főművében koncentrációs táborbeli tapasztalatait így foglalta össze: „Nem habozunk annak megállapításában, hogy semmi sincs, ami alkalmasabb arra, hogy az embert objektív nehézségei vagy szubjektív problémái áthidalásában vagy elviselésében segítse, mint: az a tudat, hogy az életben feladata van.”⁸ A mindennapos emberi brutalitás és kegyetlenség közepette is tapasztalta Nietzsche szavainak valóságtartalmát, „akinek volt miért élnie, elviselt bármilyen hogyan”, ill. fordítva, amikor valaki feladta a reményt, ez annyira meggyengítette a foglyok szellemi-lelki ellenálló-képességét, hogy bizonyos időszakokban tömeges elhaláláshoz vezetett.⁹

Frankl számára is kemény próbatételt jelentett, amikor szabadulása után (1945. április 27.) szembesülnie kellett a ténnyel, hogy szülei, fivére és első felesége, *Tilly*, akivel mindössze kilenc hónapig élhetett együtt, különböző táborokban mind-mind kínhalált szenvedtek. Ő és Stella húga maradt életben, akinek 1938-ban sikerült Ausztráliába emigrálnia. Az öngyilkosság gondolata foglalkoztatta. Ezt a pillanatot nevezte Frankl a „nulla órának”, amikor alig néhány nappal negyvenedik születésnapja után a teljes kétségbeesés,

8 Idézi Molnár M., in: Uő, *Az értelmes élet iskolája*. Jel, Budapest, 2004, 33.

9 Vö. Viktor E. Frankl, *Theorie und Therapie der Neurosen*, Reinhardt, München 2007, 89, ill. Uő, *...mégis mondj igent az életre!*, Jel, Budapest 2007

az elhagyatottság és az összeomlás szélén állt. Erre az időszakra visszaemlékezve egy televíziós interjúban azt mondta: „És akkor éreztem: vagy felakasztom magam, vagy rálelek egy rejtett, betemetett erőre magamban, hogy tovább éljem ezt az életet. Nos, ez az erő nem volt más, mint az a feltétel nélküli hitem, hogy e földi életnek van egy végső, feltétlen és örökre érvényes értelme”.¹⁰ Emlékirataiban pedig így ír: „Bécsbe való visszatérésem után egyik nap fölkerestem Paul Polak barátomat, beszámoltam neki szüleim, testvérem és feleségem haláláról. Emlékszem, hogy hirtelen könyvekben törtem ki és ezt mondtam neki: »Paul, meg kell vallanom, ha az embert olyannyira próbára teszik, akkor ennek kell legyen értelme. Érzésem az, nem tudom másként kifejezni, mintha valami még várna rám, mintha valamit még megkövetelne tőlem az élet, mintha valamire még rendeltettem volna.« Igen, a dinamikus hit, mely a legmagasabb lelkierő, késztet, hogy időnként megkérdézzük önmagunktól: És én mire vagyok rendeltetve? Mely feladat vár még rám, amit egyedül én tudok teljesíteni?”¹¹ E feladat a csírájában már benne megfogant eszmék kidolgozása és gyakorlati kivitelezése volt. Már a koncentrációs táborban is abba a „gyakorlatba” kapaszkodva próbálta magában őrizni és erősíteni a reményt, hogy a Bécsi Egyetem előadótermébe képzelte magát és gondolatban előadásokat tartott a logoterápiáról, amikor pedig alkalma nyílt rá, papírdarabkákra írogatva rekonstruálta elveszett főművének gondolatait. Szabadulása után ez hamarosan *Orvosi lélekgyógyászat* címen meg is jelent. A későbbiekben sorra jelentek meg könyvei, s 1948-tól a „harmadik bécsi pszichoterápiai iskola” logoterápia és egzisztenciaanalízis néven kezdett ismertté válni.

* * *

A haláltáborokban meghalt sorstársaira emlékező beszédében Frankl felveti a kérdést: „Mi tehát az ember?”, s ezt a választ adja: „Az a lény, aki mindig maga dönti el, hogy mi. Egy lény azonos lehetőségeket hordoz magában arra, hogy lesüllyedjen az állat

10 Idézet in: Zsók Ottó, Viktor Frankl és a logoterápia, *Keresztény Szó*, 15. évf., 1. szám, 2004. január.

11 Viktor Frankl, *Was nicht in meinen Büchern steht. Lebenserinnerungen*, München 1995. 82.

szintjére vagy hogy az életszentséghez emelkedjen fel. Az ember az a lény, aki kitalálta a gázkamrákat; de ugyanakkor az a lény is, aki belépett ezekbe a gázkamrákba, egyenes tartással, a Miatyánkkal vagy a zsidók haldokló imájával az ajkán”.¹² Az emberben mindkét lehetőség benne szunnyad, saját szabad döntésén múlik, hogy melyik csoporthoz, a becsületes vagy a becstelen emberek „fajához” akar-e tartozni, melyik benne szunnyadó lehetőséget valósítja meg. K. Jaspers kifejezésével élve, akivel Frankl jó barátságban állt, gyakran fogalmaz úgy, hogy az ember „döntéshozó lét”, minden pillanatban dönt arról, hogy mi lesz a következő pillanatban – és amennyiben elhatározza magát valamire, ezzel egyidejűleg meghatározza magát vele. Így az ember saját létéről, saját egzisztenciájáról döntő lét. Ha ennek lehetőségi feltételeire kérdezzük rá, akkor a szabadság és felelősség problematikája vetődik fel teljes súlyával. Frankl épp e kérdés determinista felfogása miatt távolodott el Freudtól, előbb ösztönösen, aztán pedig tudatosan is, pszichologizmusmal vádolva őt. Pszichologizmuson azt érti, amikor a sajátosan humán dimenziót, azaz az ember szellemi voltát nem ismerik fel vagy nem fogadják el a maga önállóságában, vagy esetleg más – alsóbb – dimenziókra vezetik vissza vagy abból eredeztetik. Frankl legfőbb vádjá, kritikája kora pszichológiája, pszichoterápiája ellen éppen az volt, hogy pontosan azt tagadják vagy nem ismerik fel az emberben, ami sajátosan kitünteti őt és megkülönbözteti az állattól: szellemi voltát. Az állattal ellentétben az ember képes nemet mondani ösztöneire, szellemi voltánál fogva képes szembeszállni, dacolni pszichofizikai kötöttségeiből adódó körülményeivel. A sajátosan emberi, azaz a szellemi dimenzió ugyanis, amelyet Frankl a görög *nousz* szóból eredeztetve noétikus dimenziónak nevez, bizonyos fokig szemben áll, sőt szembe száll a pszichofizikumot alkotó testi és lelki dimenzióval. A test (szóma)–lélek (psziché)–szellem (nousz) alkotta háromdimenziós frankli dimenzionálonológia törvényeinek értelmében ha szellemi aktusokat a pszichére vezetünk vissza, akkor e pszichologisztikus felfogásban a sajátosan emberi jelenségek, mint a szabadság, a felelősség, a művészet, a vallás, az

12 Viktor E. Frankl, *Az ember az értelemre irányuló kérdéssel szemben*, Kötet Kiadó, Nyíregyháza 1996, 99k.

Isten- és emberszeretetet stb. elvesznek, ill. úgy tüntetetik fel azokat, mint a neuronok játékát az emberben, ekkor „a pszichiáter számára Dosztojevszkij nem más, mint egy epilepsziás, mint bármely más epilepsziás, és Bernadette nem más, mint egy hisztériás nő vizionáló hallucinációkkal. Amik ők ezen túl, az a pszichiátriai síkra [a psziché síkjára] nem képezhető le, hiszen az egyik művészi teljesítménye, a másik vallásos látomása ezen kívül esik”.¹³

Frankl Scheler írásainak köszönhetően ébredt fel a pszichologizmus álmából, amikor rádöbbsent, hogy a psziché nem szellem, és a szellem nem psziché. Schelernek köszönhetően megértette, „hogyan az emberben a szellemnek van primátusa, a szellem az »első hegedűs«, és egy eljövendő új pszichoterápiai irányzat, amely nem veszi figyelembe a szellemi dimenziót, egyszerűen mellébeszél. Vagyis: Nem a freudi ösztön-én (az *Es*), nem az adleri kisebbségi komplexus az elsődleges, primér, eredendő az emberben, hanem az értékek által megszólított szellemi személy”.¹⁴

A „szellemi” tehát az emberi létet sajátosan kitüntető dimenzió, egyáltalán ez konstituálja az emberi teret. A szabadsággal és a felelősséggel együtt ez az ember harmadik „egzisztenciáléja”, amely egészségének is megalapozója, semmiből nem vezethető le és semmire nem vezethető vissza. Bár szomatikus (testi) funkciókhoz kötődik, azonban nem ezek „okozzák”, nem ezek hozzák létre. Az ember szellemisége egy egészséges pszichofizikai organizmustól függ, ami annyit jelent, hogy a normális szomatikus funkciók a feltételei a szellemi kibontakozásának, de nem ezek hozzák létre és nem okozzák azt. A szellemi tehát nem szabadon lebegve létezik, hanem a pszichofizikumhoz kötötten, ugyanakkor bizonyos értelemben szembe áll és szembeszáll vele:¹⁵ képes eltávolodni a pszichofizikumtól, mintegy kilépni belőle és úgy tekinteni önmagára, mintha másvalakit szemlélne. Ezt nevezi Frankl az ön-distancia képességének, amelynek köszönhetően például egy paranoiás is képes adott esetben felfogni és megérteni, hogy ő beteg

13 Viktor E. Frankl, *Orvosi lélegzondozás*, UR, Budapest 1997, 42.

14 Zsóka O., *Az orvosfilozófus Viktor Emil Frankl*, Tarsoly, Budapest 2005, 67.

15 Frankl ebben az összefüggésben szívesen beszél a „szellem dacoló hatalmáról”.

A pszichofizikum gátolhatja, bizonyos esetben akár teljesen meg is akadályozhatja az emberi szellem megnyilvánulását, kibontakozását, de a szellemi még ekkor is mintegy befalazva ott van a háttérben. Frankl szerint ugyanis a szellemi az az instancia az emberben, ami nem betegedhet meg. Ebből két rendkívüli horderejű felismerés következik: a legsúlyosabb pszichotikus betegeknek, a teljesen leépült embereknek is mindenkor kijár a tisztelet, hisz az emberi személy *méltósága* túl van egészségen és megbetegedésen, hiszen a szellemi dimenzióban gyökerezik.¹⁶ A másik – inkább gyakorlati jelentőségű – következmény: a logoterápia csak ott és csak addig alkalmazható, amíg a szellemi, még ha csak csekély mértékben is, de megszólítható az emberben.¹⁷

A szellemi másik fontos tulajdonsága, hogy nemcsak ön-distanciára, ön-eltávolodásra képes, hanem ön-transzcendenciára is, vagyis képes olyasvalamire/olyasvalakire irányulni (egy dologra, egy feladatra, egy másik személyre, Istenre), ami/aki nem újfent önmaga. Ennek roppant jelentősége van a logoterápiában, mert Frankl szerint az ember – paradox módon – csak akkor valósíthatja meg önmagát, ha nem önmagára, hanem valami rajta kívül állóra – személyre, feladatra – irányul. Az ember boldogsága is az értelemre irányultság mellékterméke, de soha nem intendálható közvetlenül. Aki célul tűzi ki a boldogságot, ezzel együtt már el is véti a célt.

16 „Akinak azonban tudomása van a méltóságról, minden személy feltétlen méltóságáról, az feltétlen tiszteletet hordoz magában az emberi személy iránt – a beteg emberek, a gyógyíthatatlan betegek és a gyógyíthatatlan »szellemi« foggyatékosok iránt is. A valóságban ugyanis egyáltalán nincsenek »szellemileg« betegek. Mert a »szellem«, maga a szellemi személy egyáltalán nem betegedhet meg. A szellemi személy mindig ott van a pszichózis mögött, akkor is, ha éppenséggel még a pszichiáter számára is alig »látható«”. (Viktor E. Frankl, Tíz tézis a személyről, in: *Uő, Értelme és egzisztencia*, Jel, Budapest 2006, 61.

17 A még öntudatukra nem ébredt csecsemők, kiskorúak esetében tehát nem alkalmazható, mint ahogyan súlyosan demens vagy pszichotikus betegek esetében sem. Ha azonban még tapasztalható a betegnél bizonyos mozgástér, akkor bevethető a logoterápia. Pl. egy súlyos üldözési mániában szenvedő paranoiás beteg esetét Frankl ahhoz a bombához hasonlítja, amelyet ugyan nem lehet eltávolítani, de hatástalanítani igen, ugyanis – saját szellemi világán és mozgásterén belül – a betegnek van döntési lehetősége így vagy úgy cselekedni, megölni (vélt) üldözőjét vagy megbocsátani neki.

Kierkegaard szavait idézve Frankl gyakran megfogalmazta: a boldogság ajtaja kifelé nyílik – aki megpróbál „berontani rajta”, az előtt bezárul, s amikor erre a furcsa jelenségre magyarázatot keres, arra a következtetésre jut: „amit az ember valójában akar, az végső soron nem a boldogság önmagában, hanem a boldogság *alapja*”.¹⁸ Az ember alapvető törekvése pedig, ami tetteinek és lényének legmélyén munkál, ami végső soron áthatja és motiválja őt, az nem az adleri hatalomra vagy a freudi élvezetre való törekvés, hanem az értelem akarása.

* * *

A logoterápia motivációelméleti koncepciójának lényegi felismerése tehát, hogy az ember mindig, minden körülmény között értelemre törekszik. E törekvésében – ha nem is abszolút értelemben, de alapvetően – szabad, mégpedig kettős értelemben: szabad *valamitől* és szabad *valamire*. Vagyis genetikai jellemadottságai, öröklött hajlamai, neveltetése, környezete stb. befolyása ellenére is mindig saját szabad elhatározásán, döntésen múlik, mihez kezd ezekkel az adottságokkal és mit hoz ki belőlük, a jellemadottságaival való bánásmód során válik ugyanis személyiséggé.¹⁹ Szabadságából adódóan az ember felelős is azért, hogy mivé válik, s nemcsak az határozza meg tetteit, cselekedetét, hogy ki ő, hanem azzá is lesz, ahogyan cselekszik. Frankl többször hangsúlyozza, hogy a logoterápia lényegében nem más, mint az ember ezen szabadságának tudatosítása és ezzel egyidejűleg felelősségre nevelés. Utólérhetetlenül fogalmazza ezt meg az *Orvosi lélekgyógyászat* egyik passzusában: „Mi tehát a felelősség? A felelősség az, amire az embert ránevelik (*erziehen*) – s ami alól az ember kivonja magát (*entziehen*). Ezzel már a nyelv bölcsessége is arra utal, hogy az emberben olyan ellenerők hatnak, amelyek őt visszatartani igyekeznek attól, hogy a neki lényege szerint kijáró felelősséget magára vegye. És valóban – van valami a felelősségben, ami mérhetetlen. S minél hosszabban s alaposabban törjük a fejünket, annál inkább ráeszmélünk erre, míg végül egyfajta szédülés vesz rajtunk erőt. Elmélyülve ugyanis az

18 Viktor E. Frankl, *Az ember az értelemre irányuló kérdéssel szemben*, Kötet Kiadó, Nyíregyháza 1996, 101.

19 Vö. Viktor. E. Frankl, *Der leidende Mensch*, Hubern, Bern 1996, 141.

emberi felelősség lényegében, megborzadunk: van valami *félelmetes* az ember felelősségében s egyúttal valami *felemelő* is! *Félelmetes* tudni azt, hogy minden pillanatban felelősséget viselek a következő pillanattá: hogy minden döntés, a legkisebb s akár a legnagyobb »örök időkre« szól: hogy minden pillanatban egy lehetőséget, épp ama pillanat lehetőségét valósítom meg vagy szalasztom el. Nos, minden egyes pillanat lehetőségei ezreit rejtí magában, én azonban ezek közül csak egyetlen egyet választhatok ki arra, hogy megvalósítsam. Az összes többi ezzel együtt már el is vetettem, s nem-létre ítéltém, s ráadásul »örök időkre! Azonban mégis *felemelő* tudni azt, hogy saját jövőm, s vele a dolgoké, a körülöttem élő embereké – valamiképp, még ha a legcsekélyebb mértékben is – minden pillanatban az én döntésemről függ. Amit döntésem által megvalósítok, általa »létrehozok a világban«, azt belemenekítem a valóságba és ezzel megmentem a mulandóságtól».²⁰

E személyre szóló lehetőségek feltárása a logoterápia tulajdonképpeni feladata, de Frankl figyelmeztet, ez soha nem jelentheti azt, hogy a logoterápia ad értelmet a páciens életének. Amikor a logoterápiában az értelem akarásával összefüggésben az akaratra apellálunk, ez azt jelenti: „engedni az értelemnek, hogy az magától felvillanjon, s átengedni az akaratnak, hogy akarja ezt az értelmet”.²¹ Senkinek nem lehet megparancsolni, hogy akaratára értelemre irányuló akarat legyen, mint ahogyan senkinek nem lehet megparancsolni, hogy nevéssen, ehhez legalább egy viccet kell elmesélnem. Hasonló a helyzet az értelem akarásánál is. Mivel intencionális aktusról van szó, ahhoz, hogy létrejöjjön, szüksége van valamilyen objektumra. Ez az objektum pedig az értelem. S ezzel elérkezünk ahhoz a döntő fontosságú kérdéshez: mit értünk a logoterápiában értelen/értelmességen?

* * *

A bevezetőben említettük már az értelemkérdés sajátosan logoterápiái felvetését, mely szerint az ember a kérdezett, nem pedig a kérdező. Frankl szavaival „nem az ember az, akinek az élet értelmére vonatkozó kérdést fel kell vetnie, hanem éppen fordítva, az

20 Viktor E. Frankl, *Orvosi lélegzőgondozás*, UR, Budapest 1997, 59.

21 Viktor E. Frankl, *Orvosi lélegzőgondozás*, UR, Budapest 1997, 86.

ember maga a megkérdezett, neki magának kell válaszolnia. Azokat a mindenkori kérdéseket kell megválaszolnia, amelyeket az élet tesz fel, csakhogy az ilyen megválaszolásnak mindig »tettekben« kell megtörténnie: csak a cselekvés során lehet az »élet-kérdéseket« igazán megválaszolni – a válasz létezésünk felelőssé-tétele révén születik. Egyáltalán: a létezés csak annyiban a »miénk«, amennyiben az felelős létezés”.²² Az élet tehát az ember számára nemcsak adott, hanem feladott feladat. Frankl nem általánosságban kérdez rá az élet értelmére, hanem sokkal inkább *az életben adódó értelemre*, vagyis a konkrét feladatokra irányítja a figyelmet: „Az értelem [...] mindenkor egy konkrét szituáció konkrét értelme. Mindig »a pillanat követelménye«, ami azonban mindenkor egy konkrét személyhez szól. S ahogy minden egyes szituáció egyszeri, ugyanúgy minden egyes személy egyedülálló... Minden nap, minden óra egy új értelemmel szolgál, és minden emberre egy másik értelem vár. [...] Nincs olyan helyzet, melyben az élet ne kínálna fel egy értelemlehetőséget, s nincs olyan személy, akinek az élet ne tartogatna egy feladatot”.²³ Az értelemkérdést ezért nem általánosságban, hanem mindig konkrétan az egyes ember számára, annak pillanatnyi szituációjában lehet megválaszolni.

Az életben, alapjában véve, mindig lehet értelmet találni, minden élethelyzetben, s ráadásul korra, nemre, intelligenciahányadosra való tekintet nélkül, ill. vallási és felekezeti hovatartozástól függetlenül. Minden foglalkozás magában rejti – de önmagában még nem garantálja! – az értelemmegvalósítás lehetőségét, mert ez csak ott születik meg, ahol az ember szerepvállalásokon és kötelezettségeken túl, valami személyeset teljesít, vagyis rányomja saját személyiségének bélyegét arra, amit végez. Korunk gyakran tapasztalt érzelmi kiüresedése és sok emberi egzisztencia csődje bár tény, ugyanakkor nem szükségszerűen fátum is. Soha semmi nem indokolja az élet eldobását, bármilyen kilátástalannak tűnjön is egy-egy helyzet, mert az adott szituációban, ha nem is ismerhető fel az

22 Viktor E. Frankl, *Az ember az értelemre irányuló kérdéssel szemben*, Kötet kiadó, Nyíregyháza 1996, 242.

23 Viktor E. Frankl, *Das Leiden am sinnlosen Leben*, Herder, Freiburg–Basel–Wien 1978, 30k.

értelem, ez nem jelenti azt, hogy ilyen nem is létezik s nem sejlik fel a későbbiek folyamán.²⁴

* * *

Életértelmet az ember értékek megvalósítása révén érhet el. Ennek három útját vázolja fel Frankl. Véleménye szerint minden emberi tett, cselekvés, besorolható az általa felállított hármas érték kategória – alkotói értékek, élményértékek, beállítódási értékek – valamelyike alá. A *homo faber* különféle alkotások révén valósít meg értelmet, ahol „alkotáson”, nem föltétlenül valami művészt, rendkívülit vagy különlegeset kell érteni. Az ember minden olyan tettel, amely magán viseli személyiségének bélyegét, alkotói értéket hoz létre. Ebben az értelemben egy gyerek felnevelése vagy az esti vacsora elkészítése éppúgy abszolút személyes, egyszeri és egyedi alkotás, mint egy szobor, festmény vagy épület megálmodása és létrehozása. Az értelemmel teljes élet másik lehetősége a *homo amans* előtt adódó élményértékek észlelése és megvalósítása, amely szellemi/lelki töltekezést jelent a természet, a művészet, a zene, egy másik emberi lény vagy Isten élményszerű megtapasztalása révén. Frankl felhívja a figyelmet, hogy adott esetben az öröm megélése a jelen pillanatban az embernek egyenesen „kötelessége” lehet.²⁵ Végül a harmadik értelem megvalósítási lehetőség a *homo patiens* előtt adódó beállítódási értékek megvalósításában áll. Amikor valamilyen sorsszerű esemény miatt az előbbi két csoport

24 Az élet egészét illetően Frankl természetesen tudatában van annak, hogy az ember az Egészre irányuló vágyát sem nyomhatja el. A végső, átfogó értelem lehetőségét, amelynek jelölésére a kissé problematikus „értelem-fölötti” fogalmát vezeti be, nem tagadja, ugyanakkor meggyőződése szerint ez nem bizonyítható és számunkra nem elérhető. Valóban képszerűen az élet egészét egy filmhez hasonlítja, ahol mindig az adott filmkocka értelmét kell felfogni, és a VÉGE feliratkor majd „összeáll a kép”, megértjük az egész film értelmét. Ezért sokkal fontosabb, hogy az életünkben itt és most adódó lehetőségekre figyeljünk, mert nincs ismétlésre lehetőség, nem lehet visszatekerni a film-szalagot.

25 Ha például valaki utazás közben tanúja lesz egy csodálatos naplementének, a hegycsúcsok elbűvölő látványának, de elszalasztja magát átadni ennek és helyette a napi újságot böngészi, arról az kell mondanunk, hogy az adott pillanatban „megfeledezett a kötelességéről”. Vö. Viktor E. Frankl, *Orvosi lélekgondozás*, UR, Budapest 1997, 72.

egyáltalán nem vagy csak csökkent mértékben adott lehetőségként, ilyenkor a beállítódásunkat változtatjuk meg (átállítódunk). Ilyen lehet a haláleset, betegség vagy olyan esemény, amit sorscsapásnak hívunk, azaz független tőlünk, megváltoztathatatlan, elkerülhetetlen – ilyenkor csak a viszonyulásunkat tudjuk változtatni. „Aki már nem tudja a sorsot alkotó jellegű értékmegvalósítás értelmében alakítani, az mégis tudja uralni azt másként, mégpedig azáltal, hogy beállítódási értékeket valósít meg, azaz a sorsszerűvel szemben igaz szenvedéssel helyes magatartást vesz fel. Ez feltételezi persze, hogy megszerezte a szenvedés képességét. S így ez a belső uralás – a külsődleges alakításról való lemondás mellett – végül mégiscsak egyfajta alakítás: önalakítás. Mert a szenvedés képességének elsajátítása az önalakítás egyik aktusa”.²⁶

Ami pedig e három értelemmegvalósítási lehetőség közti érték-rangsort illeti, Frankl leszögezi: „Értékrangsor szerint az értelemlehetőség, amelyet a szenvedés rejt magában, fölülmúlja ugyan az alkotás értelemlehetőségét, tehát a szenvedés értelmének primátusa van, de az alkotás értelme prioritással rendelkezik”.²⁷ Scheler nyomán elfogadja egy értékhierarchia létezését, ám nem osztozik abbéli meggyőződésében, hogy létezik egy általánosan érvényes értékrangsor. Véleménye szerint ugyanis ez mindig személy- és szituációspecifikus. Minden egyes embernek saját konkrét élethelyzetében kell a számára érvényes értékrangsort megtalálnia. Ezzel Frankl nem az értékek szubjektivitásának tézise előtt hódol. Bár az értékek, mint mondja, az emberi történelem, hagyomány keretei között kristályosodnak ki, az élet azonban akkor sem veszítené el értelmét, ha az összes emberi tradíció által áthagyományozott minden érték megszűnne. Az értékek ugyanis az értelemtől eltérően nem egyszeri és egyedi szituációkhoz kötöttek, hanem úgynevezett értelem-univerzálisak, átfogó értelemlehetőségek.²⁸ Absztrahált vagy absztrakt értelemnek is nevezhetnénk ezeket, amelyek a gyakran visszatérő szituációkban való ismétlődésük révén megkönnyítik az

26 Viktor E. Frankl, *Az ember az értelemre irányuló kérdéssel szemben*, Kötet kiadó, Nyíregyháza 1996, 262k.

27 Uo. 267.

28 Uo. 242.

ember értelemkeresését, tudatosítva benne az értelemmegvalósítási lehetőségeket. Történelmiségük ellenére az értékek nem pusztán az ember produktumai, hanem objektíve adottak, vagyis attól függetlenül léteznek, hogy felismeri-e őket valaki vagy sem. Ami változik a történelmi folyamatban, az nem maga az érték, hanem az ember értékfelismerése és értékekhez való viszonya. Frankl tehát nem vonja kétségbe az értékfelismerés szubjektivitását, sőt e szubjektív állapot egyenesen az értékmegragadás és értelem-felismerés feltétele. Ugyanis: „az értelem és az érték esetében mindig olyan dologról van szó, ami »érint« engem, ami közelít hozzám”, de ez „nem pusztán saját magam kifejezése vagy ösztöneim és szükségleteim leképzése”.²⁹ Az érték és értelem tehát mindig valami objektív, csupán érzékelésük szubjektív. Ezért Frankl alapvető tézisei közé tartozik, hogy az értelmet nem lehet kitalálni, csak rátalálni, nem lehet értelmet adni valaminek, ami önmagában már ne lenne értelmes. Értelmet tehát nem lehet létrehozni, csak megtalálni. S nemcsak meg lehet, hanem meg is kell találni.

* * *

Az embert értelemkeresése során nem más, mint lelkiismerete vezérli. E képességének köszönhetően lel rá a minden helyzetben benne rejlő egyszeri, egyedi és személyesen rászabott értelemre. A lelkiismeret zsidó-keresztény hagyományban elterjedt vallás-erkölcsi használatán túl Frankl jóval tágabb perspektívájában beszél róla. Nézete szerint a lelkiismeret „olyan képességként határozható meg, amely megérzi a minden szituációban elrejtett egyszeri és egyedülálló értelmet”,³⁰ „úgy határozható meg, mint az az intuitív képesség, amely arra irányul, hogy a minden helyzetben benne rejlő egyszeri és egyedi értelmet felkutassuk. Egyszerűen a lelkiismeret ezen értelem *szerve*”.³¹ A logosz, az értelem azonban mindig konkrét érték, amely lehet művészi, vallási, erkölcsi természetű. Amennyiben a lelkiismeret erkölcsi értékre irányul, nevezhetnénk

29 Idézi Molnár M. in: Uő, *Az értelmes élet iskolája*, Jel, Budapest 2004, 41.

30 Viktor E. Frankl, *Az ember az értelemre irányuló kérdéssel szemben*, Kötet Kiadó, Nyíregyháza 1996, 157.

31 Viktor E. Frankl, *Orvosi lélekgyógyászat*, UR, Budapest 1997, 67.

„erkölcsinek”, illetve vallásinak, művészinak, ha sajátosan ezek viszonylatában vizsgáljuk. Alapvetően azonban nincs jelentősége annak, hogy valaki erkölcsi, művészi, vallási vagy más jellegű értékek megvalósítására törekszik. Franklnál tehát a lelkiismeret értelemérzékként definiálható, ami adott esetben lehet „erkölcsi”, de nem korlátozható pusztán erre a momentumra. Sőt, ez a tágabb értelemben vett lelkiismeret akár az erkölcsöt is felülvizsgálja.³² Az erkölcsiség feltétele ugyanis éppen az, hogy lelkiismerete alapján cselekedjen az ember; ezért ha valaki nem lelkiismereti meggyőződésből tartja magát a többség által erkölcsösnek tartott előíráshoz, szabályhoz, törvényhez, pontosan akkor válik „erkölcstelenné”, ha azok szerint cselekszik. A lelkiismeret úgyszólván per definitionem erkölcsi, amennyiben az erkölcsiség *sine qua non*ja, lehetőségi feltétele, és ebben az értelemben pre-morális.³³ A lelkiismeret mindig valami még nem létezőre, egy létezésre váróra irányul, amit az illető személynek meg kell valósítania. Ehhez azonban előbb valamiképp szellemileg anticipálnia kell azt. „Ez az anticipálás, ez a szellemi elővételezés történik meg abban, amit *intuíciónak* hívnak. [...] Így a lelkiismeret lényegileg intuitív funkció: a realizálandó anticipálás-hoz a lelkiismeretnek azt először fel kell ismernie, intuálnia kell; és ebben az értelemben a lelkiismeret, *az ethosz tényleg nem racionális*”.³⁴ Frankl szerint ugyanis a lelkiismeret „eredeténél fogva a *tudattalanba* merül” és „ebben az értelemben a lelkiismeretet aracionálisnak is lehet nevezni; alogikusnak, vagy inkább prelogikusnak”.³⁵ Ebből a jellegéből kifolyólag a lelkiismeret a „condition humain” részeként tévútra is vezethet minket, és életünk utolsó lehetéig nem lehetünk benne biztosak, hogy valóban életünk értelmét teljesítettük-e be, s nem csaptuk-e be magunkat. Ezért alapvetően hozzátartozik a bizonytalanság és kockáztatás, de más lehetőségünk nem lévén,

32 Megjegyzendő azonban, hogy itt „erkölcsön” az a szabály-, viselkedés- és normarendszer értendő, amit a többség általános érvényűnek elfogad, nem pedig az erkölcs mint olyan. E tekintetben fontos utalni rá, bár kifejtésére itt nincs lehetőség, hogy a freudi felettes-én sem azonos a lelkiismerettel!

33 Viktor E. Frankl, *A tudattalan Isten*, EuroAdvice, Budapest 2002, 26.

34 Uo. 27.

35 Uo. 26. Erről bővebben: Bruncsák I., A lelkiismeret. Viktor E. Frankl és a hagyományos keresztény tanítás összevetése. *Pszichoterápia* 15 (2006), 442–448.

bele kell mennünk ebbe a kockázatba a bizonytalanság ellenére is. Bár a lelkiismeret a transzcendencia hangja az emberben, nem ruház fel minket isteni tévedhetetlenséggel, ezért Frankl azt tanácsolja, mindig legyünk alázatosak és a lehető legőszintébbek önmagunkkal szemben.

* * *

Részben a lelkiismeret nem teljesen racionalizálható, irracionális, intuitív voltában gyökerezik a frankli terápiás vagy/és tanácsadó beszélgetés legitimációja is, amire röviden szeretnénk még kitérni. Először is le kell szögeznünk: sem orvos, sem terapeuta, sem tanácsadó, sem lelkigondozó nem írhatja fel receptre, nem mondhatja meg egy kliensnek/páciensnek, hogy mi az ő életének az értelme. Amit azonban e különböző funkciót betöltő személyek nagyon is megtehetnek, az a következő: „a páciens olyan állapotba hozni, hogy ő találjon az életben értelmet”.³⁶ A szűkebb orvosi értelemben vett – akár műtéti vagy gyógyszeres – beavatkozástól eltekintve ez a „helyzetbehozás” szavak által, párbeszéd formájában történik. Egyfajta, Szókratész által koncipiált „szellemi bábáskodásról” van szó, melynek során a terapeuta célzott kérdések és visszakerdezések révén segít a páciensnek saját szabadságának, valamint ön- és helyzetalakítási lehetőségeinek, ill. felelősségének tudatosításában, amelyek nélkülözhetetlenek ahhoz, hogy egy adott, konkrét helyzetben megfelelő döntésre juthasson. Bár e beszélgetésnek lehetnek kidolgozott módszerei és technikái, Frankl inkább az „improvizáció művészetének” tartja. Nemcsak a személyes értelemfelismerésben játszik nagy szerepet az intuitív mozzanat, hanem a terápiás/tanácsadó beszélgetésben is, amelynek során a jó logoterapeutának ki kell hallania bizonyos kulcsszavakat, hangsúlyokat, preferenciákat, amely segít megéreznie, „merre húz a páciens szíve”. Soha nem kényszeríthet rá kívülről olyasmit, aminek kiindulópontja ne a páciensben lenne, azt kell segítenie kicsírázni, ami csírájában már benne van.

E. Lukas fontosnak tartja kihangsúlyozni, hogy a terápiás beszélgetésekben elterjedt tartózkodó magatartás és nem-értékelés helyett

³⁶ Viktor E. Frankl, *Orvosi lélegzondozás*, UR, Budapest 1997, 239.

nagy jelentősége van a személy felértékelésének, a dicséretnek, egy-egy pozitív, adott esetben humoros megjegyzésnek, amelynek azonban mindig őszintének kell lennie. Hasonlóan fontos, hogy a beszélgetés során az ellentmondások, következetlenségek feltárásával, elhamarkodott magyarázatok megfékezésével hozzájáruljunk a tisztánlátáshoz. Segítségünkre lehet, ha gondolatilag különböző alternatívákkal játszunk, a személy szabad terében felkínálkozó értelemmegvalósítási lehetőségekkel zsonglőröködünk, amit ilyen kérdésekkel vezetünk be: Mi lenne, ha...? El tudná képzelni, hogy...? Mindezen „gyakorlatok” célja az értelem kipuhatólása. Ahogyan E. Lukas fogalmaz: „A logoterápiai beszélgetés során azon fáradozunk, hogy az embereket kapcsolatba hozzunk belső hangjukkal. Kinyomozzuk, ami egyenesen követelésként és feladatként léphet fel velük szemben – az élet, ill. annak megőrzése és kibontakoztatása nevében. Amit feltárunk, nem mindig könnyű, nem mindig kívánatos. De áldott, és ennek gyógyító kihatása van”.³⁷

Teljes mértékben Frankl szándéka ellen való volt, hogy bármiféle értékelképzelést kívülről rákényszerítsenek a páciensre. Szilárd meggyőződése szerint lénye legmélyén minden ember önmaga saját életének értékmércéje, s a terapeutának csak az lehet a célja, hogy megóvja páciensét valódi léte elferdítésétől és elárulásától. Optimális esetben a páciensnek el kell jutnia arra a pontra, hogy az önmaga iránti bizalomból kifolyólag úgy érezze, „egyáltalán nem képes (illetve nem akar) másképp cselekedni, minthogy követi legbelsőbb értékmércéjével hitelesített lelkiismeretét”. Ezen állítást szemléltetendő, E. Lukas elmeséli, hogy egyik tanítványától kapott a súlyos csapásokat átélt Ruandából egy bölcs mondást, amely így hangzik: „Barát az, aki ismeri szíved dallamát és újra emlékezetedbe idézi, ha te elfelejted”, s hozzáteszi: „A logoterápia pontosan ilyen barát szeretne lenni. A páciens által mondottakat, ha az etika- vagy pszichohigiéniailag kétes, zavarkeltő vagy zavarfenntartó elemeket tartalmaz, a páciens lelkiismerete elé visszük. Mintegy bíróság elé állítjuk, amelyben maga a páciens az esküdt és a bíró, a

37 E. Lukas, *Lehrbuch der Logotherapie*, Profil, München/Wien 2006, 99.

terapeuta pedig adott esetben a lelki egészség és emberi méltóság ügyvédje és védője”.³⁸

A beszélgetés során tehát a logoterapeuta a kereső, szenvedő ember *egzisztenciáját* szembesíti a *logosszal*, vagyis azokkal az értelemlehetőségekkel, amelyeknek megvalósításai gyógyító erővel bírnak, s amelynek megvalósításáért a páciens felelősséggel tartozik. A logoterápiai beszélgetés egyik legfontosabb alapelve: úgy kell felkínálni a páciens számára a segítséget, hogy a felelősséget soha ne vegyük le róla. A „mit tenne Ön az én helyemben” típusú kérdések háttérben is ez a felelősségáthárítás húzódik meg, aminek a terapeuta soha nem engedhet, ugyanis nem az a döntő kérdés, *ő* mit tenne az adott helyzetben, hanem *páciensének* mit kell tennie, még ha ez számára kényelmetlen és kellemetlenségekkel jár is.

* * *

Befejezésül ejtsünk néhány szót a logoterápia alkalmazási területeiről. A logoterápia látóterében elsősorban a *homo patiens*, a szenvedő ember áll, s ez jóval nagyobb területet ölel fel, mint a szó szoros értelmében vett betegek, ill. betegségek gyógyítása. Mint már utaltunk rá, főképp az ember szellemi voltából adódó, azaz „noogén” természetű neurózisok esetén alkalmazzák, amelyek adott esetben depresszív, agresszív, szorongásos, stb. tünetekkel járhatnak, vagy álcázott formában különféle szomatikus zavarokban, szenvedélybetegségekben nyilvánulhatnak meg. Minden olyan esetben is alkalmazható, ahol valamilyen értékvesztésről (szeretett személy, barát, munkahely elvesztése, csalódások, súlyos betegség, halál, gyász) vagy értékkonfliktusokból adódó problémákról (erkölcsi, lelkiismereti konfliktusok) van szó. Hosszú távon pszichózisok és testi fogyatékoságok kísérője lehet. A frankli neurózistan tárgyalása meghaladja e szűkös kereteket, csupán annyit jegyzünk meg, hogy Frankl érdeklődése – bár orvosként a betegek és betegségek gyógyítására törekedett – alapvetően mindig arra irányult, ami ép az emberben, ti. a szellemi személyre, ami nem betegedhet meg,

38 Uo. 69.

erre apellált, az ebben rejlő tartalékokat mozgósította, s bevonta a benne rejlő erőt a gyógyításba.³⁹

A *homo patiens* gyógyulási folyamatát döntően meghatározza és előmozdítja az értelmességbe vetett hit, az az emberi lény lényegéhez hozzátartozó meggyőződés, mely szerint nem hiába él, szenved, szeret. Frankl 1997. szeptember 2-án bekövetkezett halála után második felesége, Elly – akivel 51 évig élt házasságban – elmesélte, hogyan búcsúzott el tőle férje, amikor érezte halála pillanatának közeledtét. Azt súgta felesége fülébe: „Elly, egyik könyvemet neked ajánlottam és elrejtettem a lakásunkban. Ott majd meg fogod találni. Még egyszer szeretnék megköszönni neked mindent, amit életedben értem tettél.” Felesége hetekkel később véletlenül rábukkant férje 1950-ben megjelent *Homo patiens* című könyvének neki dedikált példányára, amelybe Frankl saját kezűleg ezt írta: „Ellynek, akinek sikerült egy szenvedő emberből szerető embert faragnia – Viktor”.⁴⁰ Ebben a szép gesztusban úgy érzem, a logoterápia legmélyebb és legalapvetőbb célkitűzése fogalmazódik meg: a szó legtágabb értelmében vett szenvedő emberből szerető embert faragni, mert a lét végső értelme – bár ezt Frankl írásaiban soha nem mondja, e gesztusával talán mégis azt sejteti – nem más, mint a szeretet.

39 „A logoterápiában a terapeuta érzi a páciens olyan öngyógyító erőit, mint a bátorság, a dacoló erő, a humor vagy a hála, és céltudatosan erősíti ezeket. Szövetkezik ezekkel a sértetlen szellemi képességekkel és a pszichikai gyengeségei elleni harcra használja azokat. Érdekes, hogy a modern orvostudomány évezredek kutatómunkája után hasonló eredményre jutott, és növekvő tendenciával áttér a beteg saját testi immunrendszerének aktiválására a betegségek ellen. A logoterápia talán lerövidíthet egy hasonló kutatófolyamatot a pszichoterápiában, mert a kezdetektől fogva metodikailag kidolgozta azokat az apró ösztönzéseket, amelyek nélkülözhetetlenek a szellemi öngyógyító erők mozgósításához.” (E. Lukas, *Lehrbuch der Logotherapie*, Profil, München/Wien 2006, 65).

40 Vö. Haddon Klingberg, Jr., *Das Leben wartet auf Dich. Elly & Viktor Frankl*, Wien 2002. 453.

Conținut

Problema rațiunii în logoterapia lui Victor E. Frankl

Cuvinte cheie: *logoterapie, analiză existențială, problema sensului, spirit, sens, valoare, conștiință, dialogul socratic*

Problema sensului lumii s-a născut o dată cu omenirea. Fluxul nihilist și războiul celor două lumi s-au dezvoltat într-atât, încât astăzi constituie un virus al societății moderne a bunăstării. Acest fenomen a fost analizat științific prima dată de către Viktor E. Frankl (1905–1997), un doctor și filosof din Viena. Tot el a fondat, pentru cercetarea profunzimii fenomenului, o școală psihoterapeutică, pe care a numit-o logoterapie și analiză existențială. În ceea ce privește problema sensului lumii, el a ajuns la o schimbare revoluționară în abordare, spunând că individul nu este subiectul întrebării, ci dimpotrivă, el este cel chestionat de către diferitele situații de viață. Acțiunile sale construiesc răspunsul la întrebare, așadar omul este liber și responsabil de tot ceea ce face. În centrul logoterapiei lui Frankl stă tocmai această concepție a omului care reușește să creeze valori, fiind mereu pregătit pentru dialogul cu viața. Valorile pe care le creează ori le identifică vor fi sensul vieții sale.

Articolul de față dorește să clarifice tocmai noțiunile de bază ale logoterapiei lui Frankl. Sunt prezentate și alte concepte-cheie ale acestei științe, cum ar fi teoria motivației, tehnici de dialog etc. Studiul prezintă pe scurt viața lui Frankl și cadrul începutului logoterapiei, cât și experiența personală a autorului în tabăra de concentrare.

Abstract

The Problem of Reason in the Logotherapy of Viktor E.

Keywords: *logotherapy and existential analysis, the question of meaning, spirit (nous), meaning (Sinn), value, conscience, Socratic dialogue*

The question of meaning is born with mankind. Nihilist fluxes and the two world wars sharpened and strengthened it so much that today it has become a virus of welfare societies. This phenomenon was first scientifically analyzed by Viktor E. Frankl (1905–1997), a doctor-philosopher from Vienna. His attempt to get into the depths of the problem was the foundation of a psychotherapeutic school in Vienna, which he named logotherapy and existential analysis. He revolutionized the question of reason by saying that the individual is not the subject of the questions, but he is questioned by several situations in life. His actions build up the answer, thus the individual is free and responsible for what he does. This kind of man is the centre of Frankl's logotherapy. He manages

to create values by being always ready for a dialogue with life. These values will be the meaning of his life.

This article attempts to clear the basic notions of logotherapy from Frankl's point of view. Other concepts of this science, such as the theory of motivation, human image, techniques of dialogue and application possibilities are also presented. The article touches upon the history and background of logotherapy and Frankl's experiences in the concentration camp which led to his convictions.

Bruncsák István (Nagyvárad, 1971) filozófiai és teológiai tanulmányait Gyulafehérvárott, illetve Rómában, a Pápai Gergely Egyetemen végezte, amelynek filozófiai szakán 2003-ban doktorált. Munkájának címe: *Értelemkérdés és értékefilozófia Johannes Hessennél*. Logoterápiai képezését a budapesti Logoterápia és Egzisztenciaanalízis Egyesületnél szerezte meg 2006-ban. A váci Apor Vilmos Katolikus Főiskola Viktor Frankl Műhelyének külső tagja és tanácsadója. Jelenleg a nagyváradai Posticum logoterápiai programjának vezetője.

Egyed Péter

A pánik világa

Kulcsszavak: *pánik szindróma, pánikbetegség, természetes percepció, valóságfunkció, testvalóság, fragmentáció, kontroll, paradoxon, egység, központiség, reflexív szintézis*

A percepció kérdéseinek a tárgyalásakor a filozófia – de az általános pszichológia is – hagyományosan a tudat éber, normál, jelen-, folyamat- és történéstudatos állapotából indul ki, amelyhez adotttnak veszi a környezet kiegyensúlyozott (átlagos hőmérséklet-, nyomás-, nedvesség-, fényparaméterekkel jellemzett, nem toxikus) állapotát. A hagyományos szemléletmódban helyet kapnak az érzéki csalódásokkal, valamint a különböző eredetű, befolyásolt, legfőképpen a szimbólumteremtésben megragadható tudatállapotokkal kapcsolatos kutatások is – többnyire mint a normál állapottól való eltérés különösségei. A percepcióról való általános beszéd viszont az utóbbiakkal kapcsolatos tudást is kellene hogy jelentse, mert ez a valóság, világ, személy (és összefüggéseik) felfogásának sokkal nagyobb spektrumú megközelítését és megértését tenné lehetővé. A következőkben ezt az irányt követem, amennyiben a pánik szindróma (tünetegyüttes), valamint a pánikbetegséggel kapcsolatos leírásokból és azok elemzéséből, szakirodalmi tárgyalásmódjából indulok ki. Ezt indokolja az is, hogy manapság a népesség egyre nagyobb része szenved ebben a betegségben. A pánik szindróma és pánikbetegség tárgyalásában a szakirodalomban ma is számos vita és eltérő nézet van, amelyek azonban alapvetően nem befolyásolják az elemzéseimet.

Tanulmányunk szempontjából azonban nem a szakirodalomban folyó vita a fontos – ámbár ennek néhány aspektusára majd ki kell térnünk –, hanem a pánik szindróma leírása, amelyben a pánikbeteg világának a strukturáltsága filozófiai szempontból is tetten érhető. A legfontosabb a leírások *egyedisége*, személyessége, jóllehet a tünetek felsorolásában immár általánosság van – másképp nem is beszélhetnénk orvosi értelemben meghatározható tünetegyüttesről. Itt tehát az egyedi általánosnak egy sajátos esetével szembesülünk, a különössel, amelynek a filozófiai relevanciája mindig is ismert és elismert volt.

1. Egy pánikleírás

Tucatnyi könyv szól a pánikról, a pánikrohamról. De ez igazából sosem érdekelt. A pánikot mindig is a félelemmel azonosítottam, leegyszerűsítve a félelem és a pánik közé egyenlőségjelet tettem. Még az is megfordult a fejemben, hogy a pánik maga a félelem hiszterizálása. De mivel nem érdekelt, nem fejtegettem tovább. Szorongó személy lévén mindig is éreztem egy alapidegességet, de pánikrohamom nem volt. Hallottam az úgynevezett „páni félelemről”, valami ilyesmit érezhettem rémálmaim csúcán. A rettegés foka vagy valami ilyesmi, amikor felébredtem, órákig tartott ez a lidérces utóhatás, bár megkönnyebbülést éreztem, hogy álmaim nem a valóság dimenzióját gazdagítottak. Mindig is intenzív, valóságghű álmaim vannak, ez azt is jelenthette, hogy tulajdonképpen álmaimban a rettegés poklát éltem meg. Körülbelül ennyit a kezdeti időkről.

Az úgynevezett rohamok pár éve jelentkeztek. Miután megbirkóztam az allergiám okozta fulladással, arra gondoltam, ennél már rosszabb nem lehet. De lett.

Igazából nem emlékszem rá pontosan, mikor kezdődött, idén tavasszal több alkalommal is előtört. És akkor megijedtem. Az én rohamaimról tudni kell, hogy nem feltétlenül a stresszes állapot váltja ki, nyugalmi állapotomban éppoly gyakran előáll.

Először is, amikor valamelyik fóbiámmal szembesülök, akkor a rohamok mindig jelentkeznek. Első: a magasság. A magasságtól való kontrollálhatatlan félelmemmel legutóbb a sz-i tűzoltótorony megmászásánál találkoztam. A 25. lépcsőfoknál (és ajaj, hol voltam én a többi 100 akárhánytól), a második emelet magasságánál olyan iszonyatos pánikot éreztem, hogy akkor, abban a pillanatban inkább meghaltam volna, minthogy még egy lépcsőfokon feljebb lépjek. Utána a szokásos *erős szívdobogás, tenyériszáradás*, és olyasmi *félelem* lehetett, mint amikor halállal fenyegetnek, aztán kegyelmet kapsz. De ismertem ezt az érzést már, és tudtam, hogyan kezeljem, tehát leültem egy lépcsőfokra és vártam, hogy elmúljon, közben hallottam a társaim vidám hangját, ahogy cseverészve haladtak fennebb és fennebb a lépcsőfokokon, és akkor mérhetetlen szomorúságot éreztem, azt éreztem, hogy én valamivel kevesebb vagyok, mint ők.

A másik fóbia, aminek a nevét nem tudom, lehet, hogy szociális fóbiának hívják, bár nem biztos, szintén gyakran előcsalja a rohamot, ez a

közönség előtti beszéd, azt mondták, gyakorlás kérdése. Nem az. Itt a rohamok nem utóbb, hanem előbb jelentkeznek. Egy ilyen előadás előtti pánikroham után már szinte semmi nem érdekel, csak az az egy cél lebeg a szemem előtt, hogy gyorsan túljussak rajta.

A harmadik a tömegfóbiám, na ilyenkor mint egy hisztérika, menekülök és leírhatatlan idegességet érzek, amit aztán pánikroham kísér, egész addig, amíg eljutok egy embermentes környezetbe. Itt a nagyon erős *szívdobogás* és a *légszomj*, ami dominál. Úgy érzem, nem kapok levegőt, mert mindenki elszívja előlem. Ezért nem használok tömegközlekedési eszközt sem.

Az első rohamnál meg voltam győződve, hogy infarktusom van, vagy ha nem az, akkor biztos szívbeteg vagyok, tehát nem volt elég magát a rohamot észlelni, még egyfajta ijedtség is társult hozzá. De aztán kb. 15 perc múlva észrevettem, hogy stabilizálódik az állapotom. Hogy az első rohamot mi váltotta ki, arra már nem emlékszem.

Tavasszal három hét alatt háromszor volt rohamom, aztán egész mostanáig nem volt több. A rohamok közt különbségek vannak, van, amelyik erősebb és hosszabban tart, van, amelyiknél nincs légszomj, és a tenyérizzadás sem mindig jellemző. Igazából nem tudom, melyik mikor van és miért. Ez mindig a meglepetés része.

A roham a nagyon erős szívdobogással kezdődik (a pulzusszámom mindig is átlagon felüli), ilyenkor úgy érzem, hogy valaki ki akar törni onnan, és mivel nem tud szabadulni, folyton dörömböl, hogy engedjék ki. Ilyenkor szinte mindig egy börtönbe zárt rab jut eszembe, aki szabadulni akar, de nem tudja, hogyan. Ezért a szabadulás legprimitívebb módját választja, dörömböl. És nyugalmi állapotra éppúgy jellemző, egyszer csak semmiből elkezd valaki nagyon erősen dobolni, ilyenkor várok, amíg elmegy. Ez kb. 10-15 percnél nem tart tovább. Most már tudom kezelni, rájöttem, hogy ez nem valami rajtam kívül álló dolog, ez én vagyok, az én részem, minél inkább tiltakozom ellene, annál inkább hatalmába kerít, tehát nem tiltakozom, csak passzívan várom az eljövetelét és az elmenését ugyanúgy. Az, hogy én ezeket a rohamokat újra és újra át kell éljem, mára már úgy gondolom, hogy nem elvesz, hanem hozzátesz valamit az életemhez. Rájöttem, hogy mivel változtatni nem tudok rajta, legtöbb, amit tehetek, hogy elfogadom. Nem örülök neki, hátráltat, és sokszor kevesebbnek

érzem magam miatta, de tiszta pillanataimban arra gondolok, hogy ezáltal vagyok egyszeri és megismételhetetlen. És ha ez nem is igaz, és ha ez nem is több, mint pusztán önáltatás, én így védekezem ellene.

2. A pánikleírás filozófiai aspektusai

A beszámoló egy olyan személytől származik, aki maga is ismerője a tünetegyüttesnek, iskolázott személy. Még az a véleménye is helytálló, hogy a pániknak van valamilyen köze a félelemhez (legalábbis Szendi Gábor könyve szerint a pánik visszavezethető egy ősi félelmi komplexusra). Definíciós kísérletében megfontolandó, hogy a pánikot a félelem „hiszterizálásának”, azaz akutizálásának tekinti. Nem kevésbé fontos az a kapcsolat, amelyet a pánik és a szorongás között létesít, a szakirodalomban vannak olyan nézetek, amelyek a pánikot a szorongásos neurózisokhoz sorolják. Ami ezt a beszámolót megkülönbözteti az átlagtól, az az álommal kapcsolatos perspektívája: a „rémálmokat” és azok utóhatását összekapcsolja a pánik szindróma kialakulásával. (Itt kell megjegyeznünk, hogy a pánikbetegek különösen sokoldalúan, színesen adják vissza a pánik világát, intenzíven foglalkoznak vele, alkotó személyiségük dimenziójának is részévé válhat.) Az adatközlő szempontjából az álom nem egy másik dimenzió, hanem igenis szerves kapcsolatban áll a valósággal, mivelhogy „valóságos álmai” vannak. Voltaképpen a fenyegető valóság tovább bővül, még „nagyobb” lesz, egyáltalán a jelenségegyüttes bővülése, bonyolódása az egyik legfontosabb jegye ennek a kibontakozásnak. A kezdeti idők mintegy el is válnak a rohamokkal kezdődő „tulajdonképpen” periódustól, és a személy belép egy olyan dimenzióba, amelyre mintegy elkészült, felkészült, a rohamokkal kezdődő korszak a pánikbeteg „élete”, tegyük hozzá, a szorongásos/kognitív típusba tartozó pánikbetegé. (Hiányzik azonban a rohamok frekvenciájára vonatkozó pontosabb megjelölés. A diagnosztika általában havi négy rohamhoz köti a betegség beálltát.) Ennek a pánik-tünetegyüttesnek a kazuisztikája tovább bővül azáltal, hogy megjelenik a magasságfóbia is mint a rohamot kiváltó ok és helyzet. Itt az alany megjegyzi, hogy a helyzet váltja ki a szokásos rohamot. Ez a helyzet – a magasság, a fokozatos feljutás

a lépcsőfokokon – szokványos, amelyre azonban nem a megfelelő valóságfunkciókkal reagál az alany, így bekövetkezik a kontrollvesztés, és ezt követik a tünetek. A pszichológiai irodalom általában a valóságfunkciók értékelését végzi el az alkalmazkodás minőségét tekintve. Ha azonban a valóságra mint valóságra tekintünk, akkor azt látjuk, hogy egy ilyen esetben a valóságszekvencia helyére („magasba vezető lépcsőfokok”) a testi valóság percepciója kerül, filmes kifejezésekkel: szekvenciacsere, bevágás. Végeredményben egy olyan fajta összezavarodás, zavar, amelyből kijutni és az eredeti valóságkonstellációt helyreállítani magasrendű percepció és értelmi erőfeszítést kér és kíván. Ez a szó kifejezett és nagyon erős értelmében „visszatérés”, amely alaposan igénybe veszi az aktort.

A szomatikus és a külső valóság helyes egyensúlyi viszonyának a helyreállításában a pánikkal kapcsolatos terápiás irodalom a figyelem helyes irányának („belülről kifelé”) visszaállításáról beszél. „A pánikbetegek bizonyos fokig érthető okokból – hiszen tüneteik mögött súlyos okokat feltételeznek – hajlamosak figyelmüket szinte teljesen testi észleléseikre irányítani. Eközben ez a fajta érzékelésük egyre inkább kifinomodik, és egyre gyengébb tüneteknek vagy ártatlan jelenségeknek is hajlamosak nagy jelentőséget tulajdonítani, ami beindítja szorongásukat és még inkább valószínűsíti a pánikrohamok megjelenését. Éppen ezért erre is fel kell hívunk pácienseink figyelmét, és arra is meg kell őket tanítanunk, hogy figyelmüket képesek legyenek kifelé irányítani, adott esetben elterelni, bizonyos tevékenységekkel lekötni. Ezeknek olyan jellegű feladatoknak kell lenniük, melyek a befelé fókuszálást megzavarják, pl. kisebb gondolkodást igénylő feladatok, valaminek a pontos megfigyelése, leírása, számolás, keresztretjtvényfejtés stb.”¹

A félelem mértékére is vonatkozik egy hasonlat: „a kegyelmet kapó halálraítél” félelme a mérték. Ez azt jelenti, hogy a félelemnek megvan a maga metaforikus felnevelése, az *augmentáció*, amely azonban nem pánikspecifikus szindróma. Viszont az emlékezés dimenziójában rögzíti, akutizálja a jelenséget, a valóságos félelemtől nagyságrendileg eltérő dimenziót biztosít neki. Ez azért

1 Fóris Nóra–Kopp Mária: A pánik szindróma kognitív-viselkedésterápiája. *Psychiatria Hungarica* 1997/12 (3), 394.

fontos, mert valóságfunkcióként épül be a percepció rendszerbe, összességében az ilyen és ehhez hasonló méretváltozások a valóság strukturális átalakulásához vezetnek: egy valóságszekvencia mindig egy nagyobb dimenzióban jelenik meg. A deperszonalizációs szindróma alá sorolható az a leírásrészlet, amelyben az alany pánikrohamában önmaga szomatikus tüneteire koncentrálna – az összvalóság az ő szomatikus valósága, amely centruma a szívdobogása, *ugyanakkor, egyazon időben* hallja a távolodó csoport, a társak „vidám” hangját. Ez a *második* valóság egyben értékelő valóság is, amely mintegy figyelmezteti az ő *elvesztettségére*. Tehát a távolodó, második valóság szemantizálódik, az önérték jelentésének elvesztésével töltődik fel, a cselekvésképtelenség, a tehetetlenségre ítélettség fenyegetésével (újabb félelmi többlet).

A beteg második főbiáját „szociális” főbiának nevezi, amelynek kapcsán ellentmondásosan ír rohamainak jelentkezéséről: egy alkalommal azt állítja, hogy szereplésközélen a fóbia csalja elő a rohamot, a következőkben viszont az előadás előtti rohamokról beszél, amelyek egy cselekvéssor (előadás–hallgatás) idejét összekavarják a túlélési vágy idejével, egy sajátos időkollapszust hoznak létre. Tulajdonképpen ez is egy valóságszekvencia kiesését jelenti. Nem egy olyan „előadásról” van szó, amelyben az aktor *szabályszerűen*, temporalizált módon szerepel, hanem egy *nem szabályszerű szerep* nyomán kiesett „előadásról”. Tapasztalni fogjuk, hogy ezeknek a kiesett valóságszekvenciáknak és nem szabályszerű szerepeknek a következtében megbomlik a szerepviselkedés folyamatosságáról és konzisztenciájáról kialakított kép, megjelennek az önértékelési zavarok. Az alany önmaga minősíti magát a valóságfunkcióban. A műveleti szakaszok, szekvenciák által szabályozott, szabályos idő helyett megjelenik egy tartalom nélküli (atemporalis) idő, „valami, amin túl kell jutni”. Ez azonban nem csak egy intenció, egy cél, amelyet mentálisan meg kell valósítani, méghozzá egy olyan helyzetben, amelyben éppen a kontroll eszközei nem állnak a rendelkezésre, hanem elsősorban egy olyan helyzet, amelyen túl kell lendíteni a testet, ezt a nem engedelmessé válóságot, azért, hogy ismét eljussunk egy kontrollálható valóságba. Egyáltalán nem kizárható, hogy a pánikrohamoknak a *saját feldolgozása*, egy

sajátságos tanulás nem tesz mást, mint hogy beidegződéseket, cselekvési sémákat alkot meg, dolgoz ki, gyakorol be azokra az elkövetkező helyzetekre és esetekre, amikor a saját időn kívüli létben, atemporális állapotban ismét „át kell lendülni” a nem ellenőrizhető tér-időn, melyet absztrakt pillanatban mégis éppen csak a test érzékel a maga mélységében abszolúte megnyitott intenzív állapotában. A „gyorsan túljutni” és hasonlók bizonyos értelemben reflexív megfogalmazásoknak tekinthetők, amelyeknek az a feladatuk, hogy helyreállítsák a test–valóság helyes viszonyát, hogy azt a kontinuumot hozzák létre, amelyben működik az ellenőrzési reláció, és ismét reális időviszonyok alakulnak ki. (A fizikális idő és a szubjektív idő korrelációja.)

A harmadik fóbiáját a tömegtől való félelmében nevezi meg a páciens, kiemeli egész emberi környezetének a duális jellegét: léteznek az „emberekkel teli hely”, *abonnan* és az „embermentes hely”, *abova* menekülni lehet. (A semleges tér ilyen irányzatosan berendezett, belső vektorral rendelkező térré változott.) Megnevezi tehát az agorafóbia kialakulásának egyik feltételezett okát is (!), mely szerint alapjában véve a menekülési lehetőséget nem adó helytől való félelmünk az agorafóbia kialakulásának az egyik oka. Roppant fontos adalék mindehhez, hogy a tömegközlekedési eszközöket sem használja – ezt következményként tünteti fel. Az élet minőségének igen drámai átalakulásáról is szó van itt, amelynek a jelzésétől még a filozófiai elemzés kedvéért sem tekinthetünk el: gondoljuk meg, hogy naponta hány órát kell gyalogolnia egy ilyen embernek a nagyvárosban.

Nem térhetünk ki annak jelzése elől, hogy adatközlőnk világos betegségtudattal rendelkezik, amennyiben betegségét három fóbiának tulajdonítja, amelyeket viszonyít is egymáshoz. Meghatározza önmaga helyét perceptív világában és nagyvárosi környezetében, cselekvési lehetőségeinek behatároltságával számol és ezt a komplexust önértékelésében érvényesíti. Paradox módon mindez mégis ahhoz vezet, hogy hatékony legyen, hogy többlet-erőfeszítéseit tudatosítván hatékony viszonyrendszert és életvitelt alakítson ki.

Amint jeleztük, a rohamok frekvenciája és kiszámíthatatlansága megfelel az orvosi diagnosztikában határértéknek tekintett

számnak/minőségnek. A rohamok leírásának néhány aspektusára azonban fel kell figyelnünk. (Nem e sorok írójának a feladata a tachikardiás tüneteknek és a szorongásos diszpozícióból adódó összefüggésnek az értékelése a lehetséges pánikroham szempontjából.) A szívdobogásnak van egy metaforikus leírása, amelynek értelmében a mellkasi részben megjelenik egy „másik”, aki mintegy ki akar törni onnan. Van tehát egy olyan én, amely normális és akaratvezérelt, és van egy másik, amely nem engedelmeskedik az akaratnak és ki akar törni, dörömböl, dobol. Az én fragmentálódik, megjelenik egy kisebb része, amely nem rendeli magát alá a nagyobb egésznek, de mégis ama egész része. Egy újabb szinten kell az egészet megszervezni, ez pedig egy genetikusan folyamatot eredményez, amelyben az új, részét fragmentumként önmagába szervező kisebb én és a nagyobb én közös élete. A „kisebb én” időszakosan feltámad, kiterjed, hatalmába keríti a „nagyobb én”-t, szenvedést okoz neki, majd elmegy. Nincs azonban szó tartós ket-tősségről, ezt fontos hangsúlyozni: a kisebbik, szenvedést okozó én folyamatosan többnyire inkább potencialitás. A viszony a kisebbik énhez az olyanfajta beletörődésé, amely felismeri, hogy a passzív elfogadásnál sokkal jobb az aktív viszony. A nagyobbik én mintegy integrálja a kisebbik ént, és – ismét csak paradoxon: jóllehet elvesz a normalitásából, végeredményében mégis hozzátesz valamit az énhez: csak a „kisebbik” én elfogadásával válik a személy „egyszerivé” és „megismételhetetlenné”. Ez letagadhatatlanul személyiségi, önértékelési mozzanat: ha az én veszített is azáltal, hogy élethelyzetei korlátoltá váltak, ő maga pedig kiszolgáltatott, mégis végeredményben nyert, mégpedig individualitást, és ez csak neki magának volt köszönhető. A személy önmagára irányuló teremtő erejének köszönhetően „másodlagos” normalitás alakult ki.

Az elsődleges személy egészségége és a megkonstruálható világ egészségége – akár mint a részek feltétele, a perceptív aktusok folytán kialakított középpontiság lehetősége –, ezek azok az aspektusok, amelyek ezek után a természetes, eredettől fogva való test/szubjektum-világ adottságait megváltoztatták. Tanulmányunk második felében ezzel fogunk majd foglalkozni.

Ez a beszámoló egy öntudatra is vonatkozik (az öntudat elvesztésének a perspektívájában), egy világról szól, amely elvesztette a realitását (derealizáció), egy testről, amelynek érzékelése és működése kaotikus, egy személyről, amely leszakadt az alanyról (deperszonalizáció), élethelyzeteinek a kezelése egyre nagyobb feladatok elé állítja, csökkent értékűnek tartja magát. Ugyanakkor ez az öntudat képes megtalálni azokat a projekciós eszközöket, amelyekben megteremti a problémáját és olyasfajta szimbolikus tevékenységbe kezd, amely autonóm reprezentációk segítségével újabb másodlagos világot hoz létre, amely az övé, és amelyben tájékozódni tud.

3. Szubjektum/test és valóság a naturális dualizmus és a percepció fenomenológiájának szempontjából

A fentiekben a test–valóság viszony leképezésében egy olyan megoldást alkalmaztunk, amely szekvenciálisan jeleníti meg a valóság és a test viszonyát, azaz hogy *egy adott pillanatban* inkább a testi valóság a domináns, holott nem az kellene hogy súlypontos legyen, hanem a külső valóság egy operacionális relációban. (A fenti esetben: a hiperventilláció és a tachikardiás tünetek mint testvalóság *átveszjék, helyettesítik* a külső valóság egy szekvenciáját: „a következő lépcsőfokok megmászása” az idézett pánikleírásban.) Ezek a szekvenciális helyettesítési relációk megfelelően írják le a változást, amely a szubjektum percepciós rendszerében végbement, bizonyos értelemben azonban megmaradnak a naturális dualizmus test–valóság kettősségében. A terápiás szemlélet sem tér el a testiség–külső valóság dualizmustól, amennyiben a figyelemnek a testi önpercepcióról a külső valóság felé irányításától teszi függővé a kognitív terápia sikerességét, a gyógyulást. Tehát a terápiás szemléletben is benne van a filozófiának ez a naturális dualista kettőssége, amely azonban nem merev, meglehetősen átalakítja a percepció/önpercepció folyamatainak egységes volta. A belső percepció és a külső percepció végeredményben ugyanahhoz a testhez tartozó percepciók. Ezt az egységet a pánik szindrómában létrejövő önelkülönböződés ideig-óráig megváltoztatja. Ez egy sajátos szubjektum–valóság viszonyt

jelent, amelyet a tünettan a deperszonalizációs szindrómával ír le: „A deperszonalizáció olyan tartós vagy visszatérő élmény, amikor a beteg úgy érzi, mintha elszakadt volna saját magától, külső szemlélője lenne saját érzéseinek, élményeinek. A kórkép esetében a deperszonalizáció mellett derealizáció is előfordul, amikor a környezet, a tárgyak, az emberek valószerűtlennek, idegennek tűnnek. Az egyes epizódok percekéntől órákig, ritkán napokig, hetekig is eltarthatnak, majd spontán oldódnak. A beteg a megváltozottság, elidegenedés érzése ellenére is a realitásban marad, amnéziával nem jár az állapot. A kóros élményekhez rossz testi közérzet, szorongás társulhat. Az időélmény megváltozik, a külvilág tárgyait a beteg néha kisebbnek vagy ellenkezőleg, nagyobbak érzékeli. A beteg fél az állapot visszatérésétől, annyira gyötrőnek és kétségbeejtőnek éli meg”.² Ez az állapot társulhat a pánikkal, maga tünet is, élmény is, és mint ilyen index egy más valóságra utal, egy olyan valóságra, amellyel kapcsolatban nincs vagy nem teremthető meg a személyes viszony. Ez azért fontos a számunkra, mert éppenséggel hangsúlyozza, hogy a külső valóság is tulajdonképpen mindig személyes, amennyiben az én percepciójának és konstrukciójának az eredménye, jóllehet igen gyakran csak annak a megállapításáról van szó, tehát egy iterált ítéletről, mely szerint „megint csak ugyanarról a valóságról van szó”. A deperszonalizációs zavar egyik komponense logikusan a derealizációs zavar tünete, amelyben tehát a valóság valóságsszerűségévé változik, a palpabilitása, a megfoghatósága kétségessé válik. Ez nem egy más, csökkentett értékű valóság, hanem egy arányaiban megváltozott valóság, idegenszerű, sematikus, és mint ilyen nem vonható be a személy cselekvési, operációs rendszerébe. Van még azonban valami, amire nem tud utalni a tünettan: a valóság elvesztésének a drámai jellegére. A pánikbeteg félelmének a tartalma – amennyiben egy ilyen tartalmat meg lehet nevezni – éppen az, hogy a valóság valóban elveszett egyszer és mindörökké és soha nem fog visszatérni a maga „normális” valóságában, a valóság visszatérítése maga is egy folyamatos és elszánt pszichikus erőfeszítés eredménye kell hogy legyen.

2 <http://www.drdiag.hu/kereso/diagnosztika.adatlap.php?id=59355&name=D deperszonalizacio%F3s-derealizacio%F3s-zavar-%F3D>

A naturális dualizmus meghaladásának vannak lehetőségei a filozófia történetében. Ennek egyik lehetősége a testnek mint elszenvető mennyiségnek és minőségnek a felfogása, amelynek jó példája az arisztotelészi filozófia. A szenvedés és elszenvetés ugyanis látványosan összeköti a test/szubjektumot a környezetével, azzal, amit elszenvet, tehát a test/szubjektum entitást a környezeti kontinuum (világ) részeként láttatja. Ebben a koncepcióban a percepció is egyféle elszenvetés, jöllehet nem a teljes percepció, hiszen nem tudja megjeleníteni a percepció tájékozódó, tevőleges, építő jellegét. A test elszenvetése, a testi szenvedés sajátos önismereti lehetőséget is jelent, amit drámai módon exponál Juhász Ferenc egyik poémája, amelyben a test belső világa annak fizikálisan pontos dimenzióiban tárulkozik fel: „Mikor múlsz el már, gyönyörű, kőszivacs testi fájdalom? / Te olvadt vérből keselyű, üveglány-szemű irgalom. / Kockarács térháló feszül, korallház-doboz fénytömeg / a létezősemen belül, testem belülről feszítve meg.” (*Szenvetés és helyzet*) A szenvedés mindenképpen a test valóságának a megélése, valamint e megélés tudatosítása, tehát megteremti a megélt testről szóló reflexiót. A 20. század egyik nagy hatású műve, Maurice Merleau Ponty *Phénoménologie de la perception* (1945) című munkája éppen a megélt test/a testmegélés fenomenológiájának összefüggésébe helyezte a valóságpercepciót, test és valóság közé egy inkább indeterminisztikus viszonyrendszert képezett, melyben nincsenek stabil reprezentációk, hanem olyan gestaltok, amelyek pontosítják az észlelés tárgyait, egy olyan rendszerben, amelyben az észlelés maga is észlelés-tárgy. Amint Karsai Gábor jellemzi a fordulat lényegét: „Ahhoz az elképzeléshez képest, amely a legbensőbb lényegünként felfogott ént valamiféle testtől független, anyagtalan létezőnek („szellem a gépben”) tartotta, ez valóban radikális lépés. Merleau-Ponty fenomenológiájának testfogalma azonban különbözik a fiziológia által leírt „fizikai” testtől is. Az anatómiai vagy mechanikus test tudományos absztrakciója helyett a *megélt, tapasztaló testről, az élő, lélegző és érző „test-szubjektum”-ról* beszél. Az ént megkülönböztethetetlen a test erőitől, képességeitől. A test (az ént) határai nyitottak, inkább membránszerűek, mint korlátok, egy folyton változó és alakuló felületet képeznek. Nem lehet pontosan

meghatározni, hol kezdődnek, illetve hol érnek véget, ám ez nem azt jelenti, hogy a testeket vagy a természeti létezőket ne lehetne többé-kevésbé elkülöníteni egymástól. A meghatározatlanság következménye, hogy a valóság kimerítő leírása, teljes magyarázata metafizikailag lehetetlen: ehhez egy olyan elmére vagy tudatra lenne szükség, amely képes kívülről, egyetlen átfogó pillantással a valóságra tekinteni. A test és a szubjektum azonosítása azonban kizárja egy ilyen elme létét. A valóságot csak részlegesen érthetjük meg, és erre is csak belülről, a test világtapasztalatán keresztül vagyunk képesek. Ismereteinknek organikus, testi alapja van, amiben a világ összes létezőjével osztozunk.”³ A *megélt, tapasztalt test* a pánikbetegség helyzetében mint részének az öntapasztalata nyilván elsősorban nem ismeretkonstitúciós összefüggés, hanem valami pusztító élmény, amely visszamarad és a test lényegévé válik. A test nem az éber, normál állapot jelenvaló és történéstudatos, „semleges” nyilvánvalósága, hanem egy nyilvánvalóság arról, hogy a lényeges csak a „nem normális” rész, amelyet összefoglalásként csak egy halálközeli, haláltudatos, fenyegető és felfokozott állapotként jeleníthetünk meg, amelyben a külső valóság percepcióját szinte teljes egészében az extrém testi működések által determinált testpercepció veszi át. Ez természetesen a külső valóság percepciójának a felfüggesztését jelenti, amelyben minden időpercepció a test biológiai idejéből (ritmusaiból) származik (szívdobogás, hiperventilláció). Mindez élményként rögzül, reflexiós tevékenység tárgya lesz és beépül a személy időpercepciójába. Testtárgy lesz, a percepció sémaként is működő világa. A testpercepció fenomenológiájának megértésében jelentős mindaz, amit a pánikpercepció lefolyásából és a rá vonatkozó rögzült tapasztalatból meríthetünk. Elemzéseinknek leginkább Maurice Merleau Ponty koncepcióját is jelentős mértékben továbbfejlesztő Bernhard Waldenfels szempontjai felelnek meg: „A test problémakörét szemügyre véve nem szabad elfelejtenünk, hogy a test jóval több egy egyszerű példánál, mivel minden tapasztalat testi tapasztalat is egyben. Szemben egy tiszta szellemi létezővel, ami lát, de nem látható, és szemben egy

3 Karsai Gábor: Filozófia és ökológia. *Ökotáj*, 31–32. sz. 2003. 74., http://www.okotaj.hu/szamok/31-32/ot_31-09.htm

tiszta természeti dologgal, ami látható, de nem lát, a testet az jellemzi, hogy mindkettő egyszerre: látó és látható, halló és hallható, tapintó és megtapintható. Nem a téren és időn kívüli senkiföldjén, és nem is a tér és az idő valamely tetszőleges szegletében találunk rá, a test sokkal inkább az Itt és a Most-hoz, az idő-tér keletkezési pontjához tartozik. Az idő- és térképző fungáló test ugyanakkor egy időbeli-térbeli corpus vonásait is magán hordozza. A rejtélyt éppen ez az Ugyanakkor képezi. Tisztán strukturálisan és szinkrón szempontból tekintve az Ugyanakkor olyan lehetetlen dolog lenne, mint Pascalnál a „gondolkodó nádszál”; genetikailag és diakrón szempontból azonban láthatóvá válik, hogy az Ugyanakkor időbeli-térbeli eltolódást foglal magába, mely már a születéssel kezdetét veszi, és soha nem állítható helyre. Ha a testet és a corpus-t Frege esthajnalcsillag-hajnalcsillag példájával próbálnánk összehasonlítani, a csillagpályákat is figyelembe kellene vennünk, és nem elégedhetnénk meg a különböző konstellációk szembeállításával.²⁴ A test a pánikroham pillanatában és az arra való emlékezésben azonban nagyon is a téren-időn kívüli senkiföldjén található, és csak saját pusztulásának az áradataként érzékeli önmagát, áradatként, amely a halál felé mutat.

4. Valóság és kontroll

A pánikbetegek leírásai rendkívül plasztikusak, ők maguk nagyon találékonyak: olyan tüneteket és fóbiákat is ki tudnak találni vagy meg tudnak nevezni, amelyekkel még soha diagnoszta nem találkozott, szélsőséges esetben számukra a test és a világ egésze egy fragmentumaiban létező tünetegyüttes. A pánik világában nincs lényeg, és ez arra hívja fel a figyelmet, hogy természetes *egon*kban és működésünkben mennyire megvan a sokszor tudomásul nem vett lényeg, avagy sokkal inkább egy funkció, egy működés, amelyet lényegtulajdonításnak nevezhetnénk, és amely több, mint a pusztta jelentéstulajdonítás. A lényegfunkció maga az az absztrakciós folyamat, amely során elvonatkoztatunk és újraegyesítünk, majd

4 Bernhard Waldenfels: *Test és corpus*. (B.W.: *Sinnesschwellen. Studien zur Phänomenologie des Fremden*. Frankfurt am Main, Suhrkamp, 1999. 35-52.o. ford. Pályi András) <http://www.c3.hu/prophil/profi993/>

ezt az újraegyesített összefüggésrendszert folyamatosan kivetítjük, projiciáljuk és összekapcsoljuk a valósággal. Helyesebb azonban itt is egy valóságfunkcióról beszélni, a személynek megfelelő perszonális valóságról, amelyet a fenomenológiai hagyományban életvilágnak nevezünk. Mindez természetesen nem csak az absztrakt műveleti szférában lezajló folyamat, hanem az énefejlődés során nagyon is konkrét képzési, strukturáló eljárások, „munka”-tevékenység során jön létre, amelyet a személyes létszférában ellenőrzünk. A pszichológiai és így a pánikról szóló irodalom is nagyon sok esetben a kontrollfunkciók megléte, elvesztése vagy nem adekvát működése fogalmaival írja le a pánik szindróma evolúcióját. A terapeuta a következő általános megfogalmazásban mutatja be a kérdést: „A szorongásos problémák esetén mindig többszörös kontrollproblémáról van szó. Egyrészt a pánikos úgy érzi, nincs befolyása a roham megjelenésére, úgy érzi, az bármikor rátörhet. A rohamok során azt tapasztalja, hogy tüneteit sem tudja kontrollálni, azok elfajulnak, és feltevése szerint súlyos következménye lesz a rohamnak.”⁵ A leginkább szembevetendő ebben a megfogalmazásban a következő szubsztitúció: a valóság helyére vagy a valóságfunkció helyére a roham vagy a rohammal kapcsolatos funkcionális beállítódás kerül, a pánik szindrómában szenvedő számára a roham lesz a valóság, amelytől félni lehet, és ez foglalja el az egyéb valóságok helyét. Ha a valóság egy strukturált egész, amely genetikusan is rögzült tevékenység eredménye, egész-funkció is, akkor ez az ellentétével, a nem-valósággal, a káosszal helyettesítődik. Semmitől sem fél jobban az ember, mint a káosztól, és ez alól csak a művészet ideig-óráig ellenőrzött, de ellenőrzött káosza a kivétel. Az általános kontrollfunkció elvesztésében látja Szendi Gábor a pánik sajátosságát is: „A pánik gyökere a kontrollvesztés. A kontrollvesztés lényege, hogy nem mi irányítjuk a dolgokat. Visszatérünk a paradoxonok világába, ha azt mondom, a kontrollálhatatlan dolgok felett éppen azzal szerezhetjük vissza a kontrollt, ha nem akarjuk kontrollálni őket többé. Ha gúnyolnak egy munkahelyen, nem biztos, hogy érdemes belemenni kicsinyes harcokba, lehet, hogy ha méltóságon alulinak tekintjük a védekezést, azzal sokkal inkább kontrolláljuk

5 Szendi Gábor: *Pánik*. Tények és tévhit. Jaffa Kiadó, Budapest, 2009, 194.

gúnyolóink viselkedését, mintha mindig visszabeszélünk.²⁶ A szerző ezek után azt javasolja, hogy a paradox lelki valóságra alapozva, paradox kognitív eljárásokkal próbáljuk meg a kezelést, filozófiai értelemben tehát a paradox realitásnak tulajdonítsunk egy olyan értelmet, amelynek az eredője bennünk van, személyes és valóságos, nem kell tehát valamilyen eleve rajtunk kívüli, idegen és ellentétes valóságfunkcióban elhelyeznünk magunkat. Egyenesen felszólít arra, hogy a pszichikus élet paradoxon-fenomenjének a filozófiai implikációival elmélyültebben foglalkozzunk.

5. A paradoxonkérdés

A paradoxonokkal kapcsolatos irodalom ma már klasszifikációs-tipologikus rendszerekbe sorolja a paradoxonokat. Minden megközelítésmódnak azonban van közös eleme, éspedig az, hogy itt minden esetben az *ellentmondás*nak (akár látszólagos, avagy kétértelmű feltételezéseken alapuló) logikája determinálja az ítéleteket, amelyek aztán problémamegoldó cselekvéssorokat határoznak meg. A paradoxonoknak van egy választásos-összerendezési komponense, amelynek értelmében egymásnak ellentmondó ítéletek halmazait kell operatív módon összerendeznünk – és nem kizárnunk – annak érdekében, hogy egy jól felépített probléma, „feladat” megoldható legyen. Mindennapi viselkedésünkben a leginkább a „képes vagyok rá”, „nem vagyok képes rá” megfontolások szembesülnek egymással, amelyek előzetes döntést kérnek egy feladat elvégzése során, azaz egy olyan számvetést az aktortól, amely felméri hozzáértését és energiáit, *akarati erőt*, és ezeknek az alapján lát hozzá a megoldásnak (még ha ez az eljárás a mindennapok során nagyon is ösztönös, intuitív is). Mindezekben a kalkulációkban mindig döntő kérdés az idő is, a feladat temporalizációja. A rendelkezésre álló idő vagy annak a beosztása döntő módon behatárolja a lehetőségeinket, az elvégzés reális vetületeit. A pszichodiagnózisban nagyon gyakori, hogy e sajátos idővesztés, időkollapszus okozta tünetegyüttesekre, betegségekre bukkanak. Mindez arra int, hogy értelmileg el kell fogadnunk az ellentmondást mint a lehetőségeinket ontológiailag is

6 I. m. 186.

behatároló tényálladékot, „fennállást”, szubzisztenciát, még akkor is, ha a józan ész a világban mindig irányt és egyértelmű kibontakozást keres és annak akarja alárendelni megoldásait. A világ irányát, az egyértelmű kibontakozás lehetőségét azonban mi magunk kell hogy megteremtjük az ellentmondás ontikai és logikai elfogadásának alapján. Természetesen a legnagyobb nehézség abból származik, hogy az életünkre, a kibontakozásra vonatkozó negatív, ám mégis valóságos lehetőségeket hordozó ítéleteket a legkevésbé sem *akarnánk* elfogadni, azaz az „életemben hordozom a halálomat”, „életemben hordozom a betegségemet”, „a sikerben megvan a sikertelenség” típusú ítéletek mindig valamilyen időbeli, időszakos kiegyensúlyozást, ponderációt, öntudatos kalkulust igényelnek, vagy olyanfajta világnézetek, filozófiák választását, amelyek az ilyenfajta beállítódások lehetőségét hordozzák. Az előbbi ítéletek nyilvánvalóan a sztoikus beállítódások, filozófiák típusát preferálják, a „közép” megoldásait. Azonban az egyén szempontjából a világnézetek soha nem csak elfogadottak, választottak, hanem saját gondolati tevékenység eredményei. Ezek az egyéni filozófiák alighanem szükségesek is az ellentmondások, paradoxonok világában való eligazodáshoz, döntésekhez, és alapvetően önismereti kérdéseket is felvetnek.

6. Valóság a természetes percepcióban

Az a kiindulópont, amely a leginkább megfelel problémamegközelítésünk természetének, az Edmund Husserl természetes beállítódás fogalma, illetve az életvilágnak az a szerkezete, amely ebben a beállítódásban adva van. Az életre vonatkozó természetes, tehát nem reflektálatlan, nem filozófiai beállítódásában a világ létezésére vonatkozó hit is megvan, tehát mindaz, ami megvan a tudatban, érvényességként van meg ebben az állapotban.⁷ Sok mindent tartalmaz a természetes beállítódásában levő tudat, Husserl nem is nagyon törekszik arra, hogy az együttesnek valamilyen struktúrát adjon, inkább az áramlást hangsúlyozza, hogy tehát az életáramlásban levő vélekedések – részek – mellett még annyi minden van

⁷ Edmund Husserl: *Bevezetés a fenomenológiába*. Atlantisz, 2000, 30.

ott, azaz: nem szemléleti képzetek, ítéletek, értékelések, döntések, célkitűzések, eszközválasztások, állásfoglalások. Hangsúlyoznunk kell, hogy mindezek mellett, még ha meg is engedjük az áramlást (Strömung), akkor is van mindennek egy nagyon is pontosan strukturált formája, amely az egészlegességre, egészségre vonatkozik. Ha pánikba esünk vagy még inkább rekonstruáljuk azt, hogy mi történt velünk a pánikban, akkor a leginkább ezt a természetes egészlegességet, egészséget fogjuk hiányolni a pániktapasztalattunkból. A forma a fragmentum lesz, a működés a fragmentáció. Az ismeretes irodalmi képzettel: a világ szétesett darabokra, semmi sincs a helyén, illetve nem lehetséges, hogy a helyén legyen.

Az egészlegesség legfontosabb szerkezeti sajátossága az életre vonatkozó központiség, amely a pánikban a halálközpontsággal cserélődik fel, a halál imminenciájából, illetve a halálfélelemből következtetünk leginkább arra, hogy a természetes egészség állapotában középponti helyen az élet van, az élet immanenciája, értéke, a magammal és a másokkal kapcsolatos viszonyomban egyaránt. Amennyiben középpontiségről beszélünk, természetes helyükön jelennek meg a fent és a lent, a jobb és a bal mint egy, a kétségbe nem vonható érzékelést szegélyező szubjektív világ keretének szélső értékei. E séma objektivitását leginkább akkor értjük meg, ha ismét arra a sematizmusra gondolunk, amely a pániktudat sajátja: az érzékelés bizonytalansága éppen azt jelenti, hogy nincs fent és lent, jobbra és balra, avagy az irányok relativizálódnak, aminek következtében a bizonytalanság, valamint az irrealitás válik uralkodóvá. Ezek szerint a természetes beállítódás tudatának jellemzője a bizonyosság, illetve a valóságosság. Valaminek a valóságosságát megnevezni abba az irányba mozdít el bennünket, hogy arról gondolkodjunk, mi is az a valóság, amely ebben a valóságosságban adva van. Husserl az észlelés iniciális helyzetére a „körültekintés nélküli reflexiót” vonatkoztatja a következőképpen: „A kérdés további tisztázásához különbséget kell tennünk egyrészt a »körültekintés nélkül« végrehajtott észlelés, emlékezés, előrejelzés, értékelés, célkitűzés stb., másrészt ezek reflexiói között. [...] Ha »körültekintés nélkül« észlelünk, nem az észlelést, hanem magát a házat fogjuk föl. Csak a reflexióban fordulunk magához az észleléshez és annak a házra vonatkozó észlelési

irányultságához. A köznapi élet természetes reflexiójában, de még a lélektanban mint tudományban is (mely a lelki élmények lélektani tapasztalatából táplálkozik) az eleve föltételezett világ talaján állunk, amint ezt meg is figyelhetjük olyan köznapi kijelentésekben, mint például: »Egy házat látok ott« vagy »Emlékszem, hogy már hallottam ezt a dallamot« stb.” Az „egy házat látok ott” kijelentés tehát tartalmazza a tapasztaló életének a középpontosságára, egészségességére-egészségére, a tapasztalati tényeinek a valóságosságára, azoknak a bizonyosságára vonatkozó tapasztalatban-benne-adottságot. A pániktapasztalat mint világtapasztalat azt is revelálja számomra, hogy a természetes reflexiónak „a házat látni tapasztalatában” benne van a „a házat kéményével fölfelé és nem kéményével lefelé” látni, hogy általában a természetesség a tárgyak adott térbeli elrendeződését és irányultságát jelenti, a fent a fentnek megfelelően és a lent a lentnek megfelelően van, azaz létezik egyféle világrendi élmény, amely mintegy „hozza” a tárgyakat, és az intenció csak ezekhez képest hoz létre valamilyen előzetességet és háttériséget. Mindezek abban a természetes összefüggésben adóttak, amelynek értelmében énünkkel egy minden oldalú azonosságban vagyunk és nem oldódhatunk el tőle, nem veszíthetjük el, hogy minden érzékelésünk, tapasztalatunk és élményünk ennek az ennek az abszolút evidenciáját hordozza. Csak amikor már elvesztettük, avagy attól félünk, hogy elveszítjük, tűnik szemünkbe ennek a relatíve gyengeségében is mindig megmutatkozó abszolút ereje. A késői Husserl megfontolásaiban is visszaköszön ez az elképzelés. Toronyai Gábor a következőképpen fogalmazza ezt meg: „Másodszor pedig rögzítsük azt a belátást, hogy az őspasszív és prereflexív, végsőképp működő én jelenét úgy kell elgondolnunk, mint ami bizonyos értelemben megelőzi a reflexió idejében valamely »most« időpontbeli énként, jelenként való tárgyiasítását. Olyan jelen, amely előtte van a »most«-nak. A reflexió időbeliséghez képest a működő jelen *pretemporalis* [vor zeitlich]. A végsőképp működő szubjektivitás eleven jelenének őspasszív, prereflexív és pretemporalis jellegét egy *spekulatív gondolat* (vö. pl. *Hua* VIII 90. sk. o., 412. o.)⁸ foglalja egységes alakzatba.

8 Vö. i. m. 164–172., ill. Klaus Held: „Das Problem der Intersubjektivität und die Idee einer phänomenologischen Transzendentalphilosophie”, in *Perspekti-*

Az *ego* a reflexióban vagy a világtapasztaló élet élményfolyamának áramló most sokaságában önmagától állandóan elkülönöződő, sok énként vagy az áramló élményfolyamban fennmaradó identikus énként ragadható meg. Az én mint önmagával azonos, egyetlen én és mint az időben mindig más, sok én összefüggését világítja meg ez a spekulatív gondolat.

A végsőképp működő szubjektivitás őspasszív állandó megoszlása, tovaáramlása (Entströmen), elkülönöződése önmagától és a prereflexív szintézisben már mindig is végbemenő önmagával való összekapcsolódása a pretemporális jelenben olyan állandó, a reflexió számára olyan *a priori*, már mindig is előzetesen végbemenő működés, amely az abszolút egyedi, végső soron működő szubjektivitás – az eredeti én – *önmagában történő tükröződéseként, formális iterációjaként, megsokszorozódásaként* gondolható el a reflexióban. Így tehát a reflexió öntudat egysége úgy gondolható el, hogy az identikus én tükröződik – formálisan ismétlődik, megsokszorozódik – az élményfolyam én-sokaságában.”⁹ Ha tehát a prereflexív szintézisben és a pretemporális jelenben egyaránt minden érzékelésem, tapasztalásom és élményem csak azt erősíti meg, hogy minden csak én vagyok az én időmben, annál rettenetesebb ennek az elvesztése. A pánik után, avagy a megfogalmazott pániktapasztalatban csak az válik evidenssé, hogy ez már nincs így, elvesztettem *magamat* mint az ősegyeség-formát. És ezért nehéz a terápia. A terápiás irodalmat olvasva sokszor az volt az érzésem, hogy az *előtt, közben és után* filozófiai kérdése artikulálható a legnehezebben a terápiás eljárások során. Hogy az én egységformájának az elvesztése után – eloldódás az éntől – nem lehet ugyanazt még egyszer újrat teremteni, mindenképpen más lesz az eredete, „nem attól az anyától való már”. Az őspasszív és prereflexív én, amely az *ego* identitását még a percepció előtt biztosítja, átadja a helyét egy fragmentált, önértékében csökkent, még élményeiben is a pusztulás fluxusába helyezett ének, amelynek az egyetlen lehetősége értelme. Mindene attól függ, hogy értelme képes-e felvenni egy másodlagos origót.

ven transzendental phänomenologischer Forschung. Für Ludwig Landgrebe zum 70. Geburtstag von seinen Kölner Schülern (Nijhoff, Hága 1972, 3–60.), 19–20.

9 Toronyai Gábor: *A késő-buszerli transzcendentális fenomenológia mint tudományos életfilozófia*. http://minerva.elte.hu/mfsz/MFSZ-0112_TORONYA.htm

Conținut

Lumea panicii

Cuvinte cheie: *sindromul panicii, boala panicii, percepția naturală, funcția realității, realitatea trupului, fragmentație, control, paradox, unitate, centralitate, sinteză reflexivă*

Studiul pune în centrul analizei percepția în tulburările de panică, confruntându-le cu percepția lumii în percepția naturală. Folosindu-se de o descriere de tulburare de panică arată impactul trăirii în panică asupra pierderii formei unice perceptuale a conștiinței. Apare eu-l secundar, care va fi înglobat în eu-l primar, sub forma unui fragment, care va prelua temporar și în mod incontrollabil locul eu-lui primar. Acesta duce la procesul în decursul căruia secvențelor realității exterioare i se va substitui realitatea corporală a eu-lui. Reconstituirea unității eu-lui se bazează pe potențele intelectuale ale ego-ului, care va trebui să realizeze funcții ale realității secundare, mecanisme de control și relația unei conviețuirii graduale cu paradoxurile. În acest proces poate fi sprijinit de terapie, dar și de forțele reflexive proprii.

Abstract

The World of Panic

Keywords: *panic syndrome, panic disorder, natural perception, reality-function, body-reality, fragmentation, controle, paradoxe, unity, centrality, reflexive synthesis*

The centre of the analysis is the description of perception in panic attacks, as opposed to the natural perception of the world. Using some panic descriptions, the study proves the impact of panic attacks on losing the perceptual unity of the conscience. The secondary Ego appears in this case included in the primary I as a fragment which temporarily takes the place of the primary Ego without being able to control it. Consequently, the reality of the human body of the Ego substitutes the external reality. The reconstruction of the unity of the subject depends on the intellectual skills of the Ego, which has to accomplish functions of the secondary reality and also control the rules and mechanisms of a gradual cohabitation with paradoxes. In this process the person can be helped by different kinds of therapies, but also by his own reflexive powers.

Dr. Eged Péter egyetemi tanár (1954. április 6., Kolozsvár) 1990 óta a kolozsvári Babeș–Bolyai Tudományegyetem kutató-oktatója, doktorátusvezetési joggal (Antik és Középkori Filozófiatörténet Tanszék). Kutatási irányok: szabadságfilozófiák, liberalizmus, egyetemes és magyar filozófiatörténet, kisebbségfilozófia. Vendégtanár volt Rómában, Budapesten,

Szegeden, Pécsen, Debrecenben. Több nemzetközi tudományos és irodalmi társaság tagja. Könyvei: *A szenvedés kritikája* (1980), *Az ész hieroglifái* (1993), *A jelenlétről* (1997), *A szabadság a filozófiában* (2003), *Szabadság és szubjektivitás* (2003), *Látélet* (2005), *Bretter György filozófiája* (2007). Két kutatócsoportot vezetett közösségfilozófia, valamint történelem és értékfilozófiai kérdések tanulmányozása témakörben. Publikációik (szerkesztésben): *A közösről a hagyományos, valamint a kommunarista diskurzusokban* (2005), *Érték és történelem* (2008). Több könyvet publikált különböző szépirodalmi műfajokban is, amelyekért jelentős díjakat kapott. További adatok: transindex.adatbank, [kutatói vendégoldalak](http://kutatói.vendegoldalak).

A biztonságépítés belső útjai a relaxáció segítségével

Kulcsszavak: *autogén tréning, organizmikus átkapcsolás, passzív koncentráció, meditatív tréning*

1. Az egészségpszichológia alapelvei

Elemzésünk bevezetéseképpen a modern egészségpszichológiai alapvetéseket foglaljuk össze, megjelölve a biztonság és félelem helyét az ember lelki rendszerében.¹

1. Az ember rendelkezik egy lényegileg biológiai alapú belső természettel, amely bizonyos fokig „természetes”, (intrinsic), korlátozott értelemben ugyan, de mégis változhatatlan, vagy legalábbis változatlan.

2. A belső természet részben sajátja, részben pedig az egész fajra jellemző adottságai az embernek.

3. Az ember belső természetét lehet tudományosan vizsgálni.

4. Az ember belső természete belsőleg elsődlegesen és szükségszerűen nem gonosz. Az alapvető emberi szükségletek és érzések semlegesek, premorálisak vagy egyenesen „jónak” tűnnek. A rombolás, a kegyetlenség, a rosszindulat nem belülről fakadnak, hanem a belső szükségletek, érzelmek és képességek kielégíthetatlensége *ellen* kifejtett negatív reakciók. A negatív érzelmek, így a félelem is, *nem rosszak önmagunkban*, nem szükségszerűen vezetnek negatív viselkedésekhez.

5. A belső természet inkább jó vagy semleges, semmint rossz; legjobb, ha előhozzuk és bátorítjuk megjelenését, nem pedig elfojtjuk.

6. A lényegi belső mag elfojtásának eredményeképpen jelennek meg a betegségek, néha nyilvánvaló az összefüggés, máskor áttélesen, néha azonnal, megint máskor bizonyos idő elteltével.

7. A belső természet nem olyan erős, lehengetlő és csalhatatlan, mint az állatok ösztönei. Inkább gyenge, törekeny és finom;

1 Abraham Maslow 1954-ben a Cooper Unionnál (New York City) megtartott előadásában megfogalmazott elvek szerint.

könnyen elnyomhatják a szokások, a kulturális nyomás és a helytelen beállítódás.

8. Még ha gyenge is, ritkán tűnik el az egészséges emberből (még a beteg emberben is bizonyos mértékig megmarad).²

Abraham Maslow növekedésről³ szóló elméletében kétféle erő-készlet létezését feltételezi. Az egyik készlet a félelem és biztonság megvédése, amely általában regresszióra ösztönzi az embert (félelem a kockázattól, a függetlenségtől, a szabadságtól, a magánytól, elszigetelődéstől). A másik erő-készlet az igazi én tökéletesítése és egyedisége felé hajtja az embert, arra ösztönzi, hogy bízzon a külvilágban, miközben elfogadja legmélyebb valós, tudattalan énjét. Az egészséges öntökéletesedés soha véget nem érő folyamat, amellyel minden embernek élete minden területén szembe kell néznie, választania kell a teljes biztonság és növekedés, a védekezés és függetlenség, a visszalépés és haladás örömei között. Maslow az ember önmegvalósítását nemcsak a hiányszükségletek kielégítésében, hanem a belső élet, az élet értelmének magasabb értékeknek és a filozófiai szintű létmegélésre vonatkozó törekvésében látja. Akkor fejlődik a személyiségünk, ha a növekedés örömei és a biztonság feladásával járó szorongás közötti egyensúly az öröm irányába tolódik el.⁴

A félelem ebben a szellemben életünk természetes velejárója, sőt szükséges is az öntökéletesítés folyamatában – abban az esetben válik zavaróvá vagy szenvedés forrásává, ha intenzitása, mélysége és tartóssága annyira felerősödik, hogy megakadályozza minden-

2 Uo. 62.

3 Maslow más szerzőkre hivatkozva (Erich Fromm, K. Horney, C. G. Jung, Ch. Bühler, A. Angyal, C. Rogers, G. Allport, E. Schachtel, H. M. Lynd) kifejti, hogy számára a növekedés, az individuáció, az autonómia, az önmegvalósítás, az önfejlesztés, a termékenység, az önkiteljesítés kifejezések mindegyike nagyjából szinonim és inkább egy ködösen észlelt terület, semmint egy jól meghatározott fogalom leírására szolgál. „Véleményem szerint jelenleg nem lehet élesen meghatározni ezt a területet. De nem is kell, hiszen az a meghatározás, amely nem emelkedik ki könnyen és természetesen a jól ismert tényekből, inkább gátló és torzító hatású, ahelyett, hogy segítene, mivel nagyon valószínű, hogy hibás vagy téves, ha akaratlan, a priori alapon hozzák létre.” Uo. 90.

4 Uo. 102.

napi tevékenységünket és önmegvalósításunk útját. Jól ismert mindannyiunk számára a félelem lebénító hatása, de azt is tapasztaljuk, hogy az aggodalom, a sikertelenségtől való félelem milyen nagy erőket mozgósíthat bennünk.

Selye János⁵ stresszel kapcsolatos kutatásai óta tudjuk, hogy a szorongás és félelem által keltett feszültség (stressz) egészségkárosító hatású, ezért azok a pszichoterápiák, amelyek az izomtónus-csökkenés és az ezt követő ellazultsági érzés személyes kidolgozásával foglalkoznak, alkalmasak a szorongásos tünetek kezelésére. A relaxációs terápia egyik változata a Johann Heinrich Schultz⁶ által kidolgozott autogén tréning módszer.

2. Az autogén tréning keretrendszere a szorongás csökkentésében

Az autogén tréning pszichoszomatikus gyógyító eljárás, melyet a gyakorlásterápiák körébe sorolhatunk. Alapját tanulási folyamat képezi, amely a testi szabályozástól kiindulva éri el kedvező hatását, fiziológiai szinten kiegyensúlyozott életműködések, pihentető regeneratív hatást – pszichológiailag pedig kellemes emocionális állapotot, szorongás- és feszültségmentes nyugalmat, lelki harmóniát –, egzisztencialista nézőpontból pedig teljes értékű jelenlétet és egészséges készenlétet jelent. Azok közé a pszichoterápiás módszerek közé tartozik, amelyeknél az élményszintű történések mögött a fiziológiai történések is lehet követni (lelassul a légzés, a szív működés egyenletessé válik, az agyi elektromos tevékenység alfa hullámokat mutat stb.).

Az autogén tréning *önmegismerési-önszabályozó-öntökéletesítési* rendszer, alapfoka elsősorban a testiség mélyebb megismerése, a fiziológiai önszabályozás, a testkép újrastrukturálódása feltételt teremt arra, hogy feldolgozásra kerülhessen a környezethez való viszony,

5 A stressz fogalma a 30-as évektől Selye János kutatói munkássága nyomán vált ismertté.

6 Johannes Heinrich Schultz (1884–1970) nevéhez fűződik a relaxáció pszichoterápiás lehetőségeinek felismerése és az Európában alapmódszerként elterjedt *autogén tréning* kidolgozása.

a tónikus affektív viszonyulás, a felső fok pedig az imaginatív tárgykapcsolatok és a mélyebb pszichés rétegek feltárására nyújt lehetőséget.

A téri, idői és tematikus strukturáltság, a terapeuta bizalomkeltő személye, az ülések rendje és progresszív jellege olyan keretet biztosít, amely a biztonságos légkör megteremtésének feltétele.

A téri keret a megfelelő nyugodt hely (zavartalanság és zajmentesség) és a megfelelő testhelyzet (fekvő és ülő helyzet váltakozása) biztosítását jelenti. A terápia téri sajátossága megfelelő projekciós felületet nyújt olyan áttételek megjelenésének, amelyek megértése beépíthető a terápiás munkába.

Az idői keret több szempontból is leírható. Az egy hétvégén el-sajátított és sokat ígérő relaxációs terápiákkal szemben az autogén tréning egyes gyakorlatai között időt biztosítunk (3-4 nap vagy egy hét). Amennyiben a terápiás szerződésben a felek előzőleg meg-egyeztek, strukturálódik a két ülés között eltelt idő azáltal, hogy a csoporttagok egyénileg gyakorolnak, valamint az átéléseiket és a hozzá kapcsolódó lelki munkát lejegyzik a relaxációs naplóba. Az egyes *terápiás ülések ideje* három szakaszra tagozódik: két ülés közötti tapasztalatok beszámolója, az új gyakorlat megtapasztalása, majd ennek az élménynek feldolgozása.⁷

Az időbeli strukturáltság megfelelő megnyilvánulási lehetőséget nyújt a különféle ellenállások megjelenésének, amelyek vonatkozhatnak egyrészt a terápiás szituációra (a terápiás helyzet, a pszichés összefüggések feltárásának nehézsége), másrészt a tematikára (amikor az egyes gyakorlatok olyan érzékeny pontot érintenek, amellyel nehéz szembekerülni). Az időbeli elrendezettség növeli a terápia eredményességébe vetett hitet – mindig történik valami új – és a saját befektetett munka arányában a megoldhatóság érzetét.⁸

A tematikus strukturáltság vezérfonalat nyújt a terápiás munkához. Az első interjú és a terápiás szerződés megkötése után mind az autogén tréning alapfoka, mind a ráépülő felsőbb szintek látszólag eltávolodnak a hozott problematikától. Az autogén tréning

7 Szőnyi M., Relaxációs- és imaginatív terápiák, in *A pszichoterápia tankönyve*, Medicina Kiadó, Budapest 2000, 345.

8 Uo.

gyakorlat (az általános testi ellazulás, a végtagok és az egész test elnehezedése és átmelegedése, majd a szervi gyakorlatok: szív, légzés, belső szervek átmelegítése – napfonat gyakorlata – és a hűvös homlok gyakorlata) mindegyike felszólító jellegű, ami azt jelenti, hogy „megszólít” egy-egy testrészt és a hozzá kapcsolódó előzetes tapasztalatokat, fantáziákat, így lehetőség nyílik ezek feldolgozására. A hívószavak felszólító jellegéből adódóan közvetlen terápiás hatásuk is van. Az átélt élmények képi és szóbeli megjelenítése révén transzformáló-kimozdító hatásúak. A feldolgozási munkát továbbviszi a gyakorlathoz tartozó testrésszel kapcsolatos kitekintő asszociációk gyűjtése.⁹ Például a *kézzel* kapcsolatos kitekintések nyelvi megközelítése: kezel, kézfogó, kezesség, kezdet, kézbe veszi a sorsát, kézzelfogható, kéznyújtásnyira, tenyerén hord, kézzel-lábbal tiltakozik, felkarol, karbantart, jó karban lenni stb. A *lábbal* kapcsolatos szóasszociációk: lábatlankodik, tyúkszemére lép, sárba tipor, kilábal, jártányi ereje sincs, egy helyben topog, két lábon jár a földön, talpalatnyi, kicsúszik a lába alól a talaj, térdre borul, taposómalom stb.¹⁰ Az anyanyelvbe ágyazott szóasszociációk testszimbolikai összefüggései megmozdítják a testi üzenetek mélyebb jelentéseit, illetve a testkép megváltozásának lehetőségét is magukban hordozzák; így az autogén tréning nemcsak gyakorlásterápia, hanem pszichoterápiás hatású is.

Mindenik gyakorlat előhívja az étellel kapcsolatos valamely problematikát: a nehezedés a valóságelvel kapcsolatos tapasztalatokat, a melegedési gyakorlat az érzelmi részvétel sajátosságait, a vérkeringés gyakorlata az életritmus kérdéskörét, a szívgyakorlat az élet szívügyeit, vagyis a központi problémákat, a légzés a kommunikációt és ennek ritmusát, a napfonat a lelki elaborációt, a hűvös homlok gyakorlata pedig a jövőre, tervekre, perspektívákra kérdez rá. Az egyetemista gyakorlók körében igen kedvelt gyakorlat a házi feladatnak kapott kitekintő kérdések. Például a vérkeringés gyakorlatánál a következő kérdések szerepelnek: Milyen a kapcsolatom a külvilággal? Hogyan kapcsolódom bele az élet vérkeringésébe?

9 Ezekre Szőnyi Magda a nyelvi testszimbolika kifejezést javasolta.

10 Válogatás az általam 2009-ben vezetett autogén tréning csoporttagjainak asszociációiból.

Milyen az életritmusom? Hogyan telik el egy napom, napirendem? Hogyan áramlanak, zajlanak le bennem a dolgok? Mennyire tudok gazdálkodni az időmmel?

A rendszeres gyakorlás összegző hatású, magasabb rendű önszabályozást eredményez, kellő motiváltság esetén pedig beépül az életvitelbe és megőrződik a terápia befejezte után is mint életre szóló egészségvédő, lelki és szellemi harmóniát biztosító eszköz.

Jelen tanulmányban főként az autogén tréning alapfokával foglalkozunk, mivel leggyakrabban ennyi is elegendő a szorongások csökkentésére és a biztonságosabb életvitelre. Az autogén tréning felső foka – a meditatív tréning – időben is hosszabb (hat hónap–egy év). Előfeltétele az organizmikus átkapcsolás. A felső fok, a meditatív tréning már konkrét tárgyak belső szemlélését, absztrakt fogalmak és humán értékek szemlélését, elmélyültebb önismereti gyakorlatokat, a személyiség vágyvilágával és kontrollképességével való szembesülést, valamint az általános emberi értékek szimbólumait is tartalmazza. Ezzel nem merül ki a témák tárháza – a terapeuta feladata, hogy a meditatív tréning lehetőségeiből válogasson, alkalmazkodva a páciens igényeihez. A megjelenő belső képek szimbólumértékűek, melyek feldolgozása és értelmezése a meditációt vezető személy részéről óvatos munkát igényel. „A mitológiai, etnográfiai, művészeti ismeretek elősegítik a megértést, csupán gondos asszociációs és amplifikációs technikával lehet eljutni az egyénenként változó jelentéshez.”¹¹

3. Az autogén tréning hatótényezői

Az autogén tréning kulcsfogalmai az *organizmikus átkapcsolás*, a *passzív koncentráció* és az *autogén tudatállapot*, ezek azok a hívószavak, amelyek a gyakorlás során az izomtónus, illetve a megfelelő szabályozás után jelentkeznek. J. H. Schultz szerint az alapfok jó elsajátítása esetében az organizmikus átkapcsolás mint élmény is jelentkezik, amelyet „autochton ellazulási eufória”, valamint a közvetlen részvételérzés saját szomatoszenzoros történéseiben (elmerülés a testiségben) előz meg és kísér. Mindez nyugodt, személytelen

11 Koronkai Bertalan, *Tanítások tanítója*, Animula Kiadó, Budapest 1995, 59.

(éntelen), megértő, elfogadó, szemlélődő attitűddel történik. Az élmény része az autogén tudatállapotnak, a *különlegesen* módosult tudatállapotnak.

Íme néhány személyes beszámoló erről az állapotról: „elcsodálkoztam, hogy milyen hamar ellazultam, jóleső biztonságos nyugodtságot éreztem, a végére felfrissültem”; „csendes, nyugodt zsidbadtságban rátaláltam egy mély nyugodtságra”; „a nyugalom erőt vett a testemen, jó volt ezt megtapasztalni”; „éreztem, hogy teljes mértékben megnyugszom”; „a légzés figyelése a teljes megnyugvást és ellazulást jelentette”; „ebben a mély állapotban jól éreztem magam”; „mintha a testem lebegne a levegőben, nagyon jó érzés volt”.¹²

A specifikus *autogén állapottal* szorosan összefügg az éberség és a figyelemkoncentráció milyensége. A figyelemmel kapcsolatban két-fajta koncentrációt különböztethetünk meg: a *passzív koncentrációt* és az *aktív koncentrációt*. Az aktív koncentrációnál a figyelem egyirányú, akaratlagosan egy bizonyos tárgyra vagy problémára irányul – itt egyértelmű a célirányosság. Az autogén tréning gyakorlatok során a passzív koncentrációt gyakoroljuk, amely nem egyirányú figyelem, inkább *lebegő figyelem*nek lehet nevezni, egy időben többet vesz észre, a percepció mezőben egyenletes eloszlású, tudomásul vesz, de különösebb jelentőséget nem tulajdonít semminek, nem tapad meg, a benyomások nem indítanak be értékelő funkciókat. Nem kereső, de *találó* figyelem.¹³ A *passzív koncentráció* megjelölés nem a legszerencsésebb, mivel a meditációs gyakorlatból tudjuk, hogy ez a fajta tudatbeállítódás testi szempontból passzív, ellazult állapot ugyan, de éber összeszedettségi állapot, amely a személy energiáinak tartós mozgósítását jelenti.¹⁴ A külső ingerek csökkenése mellett az éberség fenntartása anélkül, hogy megtapadna bármilyen inger jelentkezésénél, nem könnyű feladat. Ennek a beállítódásnak a fokozatos elsajátítása eredményezi az autogén állapotot. A gyakorlás elején nehezebb, ilyen beszámolókkal találkozunk: „az elején zavart minden külső zaj, nevetségesnek tartottam ezt a helyzetet,

12 Válogatás a 2009-ben általam vezetett csoporttagok átéléseiből.

13 Koronkai B., i. m., 277.

14 Uo.

aztán mikor észrevettem, hogy elkalandozik a figyelmem, visszatereltem és követtem a gyakorlatot”; „elkalandozott a figyelmem, de mégis ellazultam a végén”; „mintha egy-egy pillanatra elaludtam volna”; „nem emlékszem, mi történt”.¹⁵ A gyakorlatok rendszerességével és előrehaladtával egyre inkább kialakul, hogy míg az éberség a szendergés felé halad, létrejön egy bizonyos távolság az átélő és az átélések között.

A *módosult tudatállapotban* megváltoznak a lelki funkciók, az emlékezet mélyebb memóriaszintek felé terjed, a testélmény és az éntudat is megváltozik. Test-énünk éles határai képlékenyéválnak, testünk és a külvilág szinte egybeolvad. Ezzel egy időben az én megnyílik és magába fogadja a testélményeket. A módosult tudatállapot *regressziót is jelent* a személyiségfejlődés korai fokára, azonban szándékosan előhívott gyakorlással éli át az ember, *progresszió* rejlik benne, mert felvillantja a gyermekkor természetességét, őszinteségét, a világ felé való irányultságát. A regresszió nem teljes szintregresszió, mert a gyakorló végig tudatában van saját aktivitásának, és azt is tudja, hogy bármikor kiléphet a gyakorlatból.

4. Hatótényezők az érintett személyiségrétegek szerint

A relaxáció építkezve gyógyító és gyógyítva építkező voltát megfigyelhetjük a személyiség érintett rétegei szerint is:

– mint a *testi–pszichoszomatikai dimenzió*: a gyakorlás során megvalósuló organizmikus áthangolódás megerősíti a szervezet saját önszabályozását, ami lecsökkenti, ill. megszünteti az életvitelt zavaró-akadályozó vegetatív tüneteket, növeli a szervezet ellenálló-képességét a betegségekkel szemben és növeli a teherbírást;

– mint a *lelki–érzelmi–pszichodinamikai dimenzió*: a saját közvetlen testi és lelki átélések felé fordulást, az önreflexiót, az élmények és emlékek újraélését jelenti. A megjelenítések által a belső világ gazdagodik, differenciálódik, s e folyamatokkal párhuzamosan a személy külső világának az észlelése is élményszerűbb, árnyaltabb, inspirálóbb lesz;

¹⁵ Válogatás a 2009-ben általam vezetett csoporttagok átéléseiből.

– mint a *szellemi–erkölcsi–transzperszonális dimenzió*: a gyakorlónak ez a módszer a megkívánt befelé fordulással, önmaga megértésével, önmaga elfogadásával változást hoz a világgal való kapcsolatában is. A külső szabályozottság kizárólagosságát egyre inkább felváltja a belső erkölcsi megalapozás;

– mint az *energetikai dimenzió*: ebben maga az ellazultság és a *következményes* megváltozott tudatállapot a belső erőforrásokhoz való hozzáférést segíti.

5. A személyiség tartalmi kibontakozásának megjelenési szférái alapján

Végbemehet: horizontálisan, vertikálisan és a tudatrétegek irányába:

– *Horizontálisan* a foglalkozások során az egyes alapgyakorlatok és érintett testrészek, valamint azok szimbolikus jelentésköre révén lehetőség nyílik a személyiség egészének és bármely tartományának bejárására. Ezáltal a viszonylathálózatok feltérképezhetők, kiigazíthatók, kibővíthetők.

– *Vertikális irány*nak a mélységi fokozatokat tekintjük. Ezekben ahogy a testi instrukciók is haladnak a külső, vázizomzati gyakorlatoktól a belső szervek (pl. szív) felé, hasonlóképp a személyiség külső világa felől halad a személyiség tulajdonállománya és a lényegét meghatározó középpontja irányába. A személy minél inkább önmagára talál, annál inkább képes a világ részévé válni és abban saját helyét megtalálni, meghatározni, vállalni.

– *A tudatrétegek* szerinti elmélyülési fokozatok a beleegyező, elfogadó, megengedő beállítódás révén átjárhatóvá teszik a tudatos és nem tudatos rétegeket, megjeleníthetik a mélyebben rejlő tartalmaikat, hozzáférhetővé tehetik a személyes erőforrásokat. Mindezeket a felfedezés, felismerés, belátás, a tudás, a bölcsesség, az önmagára találás örömteljes élményével teszik.

Irodalom

- Bagdy Emőke, *Az autogén tréning hatótényezői és élettani szerveződése* (egyetemi jegyzet), Károlyi Gáspár Református Egyetem, Budapest é. n.
- Bagdy Emőke–Koronkai Bertalan: *Relaxációs módszerek*, Medicina, Budapest 1988
- Koronkai Bertalan, *Tanítások tanítója*, Animula Kiadó, Budapest 1995
- Maslow, Abraham, *A lét pszichológiája felé*, Ursus Libris Kiadó 2003
- Maslow, Abraham, *Toward a Psychology of Being, Third Edition*, John Willey & Sons, Inc. 1968
- Szőnyi Magda: *Relaxációs- és imaginatív terápia*, in *A pszichoterápia tankönyve*, Medicina Kiadó, Budapest 2000

Conținut

Căile interne ale construcției securității prin relaxație

Cuvinte cheie: *training autogen, schimbare organică, concentrare pasivă, training meditativ*

Abordările moderne de psihologia sănătății spun că în conformitate cu natura interioară biologică a omului senzațiile negative provin din frustrările cauzate de satisfacerea în mod necorespunzător a nevoilor de bază. Majoritatea oamenilor au posibilitatea de a înclina balanța, cea dintre bucuriile creșterii și anxietatea provocată de lipsa siguranței, în favoarea bucuriei. Abraham Maslow a văzut autorealizarea omului nu doar în satisfacerea nevoilor, ci și în eforturile omului pentru a avea o viață interioară, un sens al vieții, o realizare a unor valori superioare și o experiență-trăire filosofică a vieții. Pentru formarea exigențelor la o astfel de autorealizare superioară, pentru asumarea cunoașterii care urmărește această evoluție, terapia prin relaxare și simboluri poate fi un ajutor important.

Abstract

Internal Ways of Safety Construction With Relaxation Therapy

Keywords: *autogenic training, organismic changes, passive concentration, meditative training*

Modern health psychology says that according to the internal biological nature of humans, negative sensations come from the frustrations caused by the incomplete or bad satisfaction of basic needs. Most human beings have the possibility to equilibrate the fear of losing safety with the happiness of growth, to stay on the side of happiness and keep faith. Abraham Maslow considered self-realization not just a satisfaction of basic human needs, but a constant effort of human beings to live an internal life, find the meaning of life, follow superior values and have a philosophical life-experience. The psychotherapy of symbols and relaxation can be of great help in the formation of the need for such a superior self-realization.

Drd. Hegyi Johanna relaxációs és szimbólumterápiás pszichoterapeuta, képző, szupervizor, a Relaxációs és Szimbólumterápiás Egyesület (Asociația de Psihoterapie prin Relaxare și Simboluri) elnöke. Az egyesület mind a Romániai Pszichológusi Kamara (Colegiul Psihologilor din România), mind a Romániai Pszichoterápiás Szövetség (Federația Română de Psihoterapie) által akkreditált képzéseket folytat.

Bevezetés a filozófiai lélekgondozásba¹

Kortárs megközelítések alapján

Kulcsfogalmak: *filozófiai életforma, életbölcesség, életművészet, filozófiai praxis, filozófiai tanácsadás, filozófiai lélekgondozás, gondolkodás gondozása, fenomenológiai gyakorlat*

A tett és a szó, szó és gondolat, gondolat és lét közötti eltávolodás a nyugtalanság és baj minden forrása önmagunk és a világ számára egyaránt. A filozófus sajátos feladata e távolság csökkentése...²

Tanulmányom célkitűzése a *filozófiai lélekgondozás* fogalmának rövid bemutatása. A tavaly megjelent kötetemben aránylag kevés teret szenteltem a kortárs filozófiában uralkodó és részben egymással versengő fogalmak tisztázásának.³ Az alábbiakban ezt a hiányt igyekszem pótolni. A bemutatott álláspontok eszmetörténeti szempontból kimutatható egységére és a rendszerező tárgyalás számára jól körülhatárolandó különbségeire szeretnék rámutatni. Az általam bevezetett *filozófiai lélekgondozás* kifejezés nemcsak saját felfogásomra vonatkoztatható, hanem általános értelemben is felfogható mint a bölcelet és az *életbölcesség*, a bölcelet és az *életművészet*, valamint a bölcelet és a személyiségfejlesztés, tanácsadás stb. összefüggéseit történeti és szisztematikus szempontból feszegető filozófiai irányzat.

A konkrét gondolatmenet a következőképpen alakul: először a filozófiai életforma bölceleti jelentőségét emelem ki, majd a

1 Tanulmányom egy korábban megjelentetett írásom kibővített és átdolgozott változata: Sárkány Péter: *Filozófiai praxis, tanácsadás és lélekgondozás. Embertárs* 2009/2, 111–118.

2 Leloup Jean-Yves, *Bevezetés az igazi filozófusokhoz*. Ford. Nagy Zsolt Péter, Budapest, Kairosz 2006, 5.

3 Sárkány Péter, *Filozófiai lélekgondozás. Fenomenológia – egzisztenciaanalitikus logoterápia – filozófiai praxis*. Budapest, Jel 2008.

második pontban az *életbölcesség* és az *életművészet* fogalmainak összevető elemzését végzem el. Ezt követően a *filozófiai praxis* „szótári” és filozófiai jelentését vizsgálom meg és a filozófiai praxist a *tanácsadás* gyakorlatának összefüggésébe helyezem. Majd a *filozófiai lélegzõgondozás* címszó alatt saját megközelitésem alapvetõ szempontjait ismertetem. Végül a tanulmányban képviselt felfogás lehetséges funkciójával és szerepével kapcsolatos kérdésekre térek ki.

I. A filozófiai életformától az életforma filozófiájáig

A nyugati filozófia történetébe és problémáiba bevezetõ kötetek szinte mindegyike megemlíti a filozófia szó etimológiai alapját, miszerint a filozófia a *bölcesség szeretetét* jelenti. Abban is elég nagy egyetértés uralkodik ezekben a kötetekben, hogy a filozófia iránti érdeklõdést, a valóság által kiváltott csodálkozás mellett, a boldogság iránti törekvés és/vagy az élet értelmére irányuló kérdés is motiválja. Az ilyen köteteket forgató laikus érdeklõdõ azonban hamarosan csalódní fog, hiszen a filozófia történetét kibontó további fejezetek olvasása közben azt tapasztalja, hogy a filozófiában a bölcsestre törekvés és a boldogság iránti érdeklõdés az antikvitást követõen elhalványul, átalakul és a késõbbi korszakokban marginalizálódik. A filozófia szakos hallgató képzése során lassan megtanulja, hogy az említett kérdések a tudományos filozófia szempontjából nem fontosak vagy átfogalmazandók, sõt, legalábbis Kant óta, a katedrafilozófia tudni véli, hogy a boldogságra való törekvés még a morálfilozófia szempontjából is elhanyagolható kérdésfelvetés, hiszen ahány ember, annyi elképzelés lehetséges a boldogsággal és egyáltalán a jó étellel kapcsolatban. A filozófia és a bölcesség útjai tehát szétválni látszanak.⁴

A huszadik század második felétõl azonban a filozófiát szakmákként mûvelõ szerzõk tollából olyan tanulmányok születtek, amelyek a boldogság, az életben való boldogulás és az élet értelmének kérdését újra a bölcselet központi kérdésekként kezelik. Ezek a megközelítések a tudományos vagy a világnézeti szempontú filo-

4 A filozófia és „jó élet” kérdésének összefüggéséhez lásd Wolf elemzését: Wolf, Ursula, *Die Philosophie und die Frage nach dem guten Leben*. Hamburg, Rowohlt 1999.

zófia művelése mellett újraelvenítik a *filozófiának mint életformának* a hagyományát.⁵ A filozófiai életforma alapvetően a bölcsesség szeretetének és az életvezetés összehangolásának követelményét fogalmazza meg a filozófiát művelő konkrét személlyel szemben. Vagyis azt, ami az antik és a középkori filozófia általános sajátossága volt. Arról van szó ezekben a felfogásokban, „hogy aszerint cselekszünk, amint beszélünk, aszerint beszélünk, amint gondolkodunk, és gondolkodásunkban az ölt formát, amik vagyunk.”⁶ Az életformaként művelt filozófia végső soron a hiteles életvezetés kérdéskörébe tartozik és a bölcselő személyére (viselkedésére, erényeire) helyezi a hangsúlyt. Hogy ki mennyire képes a filozófiai életforma eszméjének megfelelően az ész által vezérelt élet megvalósítására, azt mindenki személyes önvizsgálat alapján vagy szociális visszajelzések segítségével döntheti el. A filozófusnak azonban az adott életforma gyakorlása mellett van még egy másik lehetősége is, nevezetesen az, hogy a filozófiai életformát, pontosabban a filozófia és az életbölcsesség összefüggését a tudományosan művelt filozófia tárgyává teszi, annak elméleti alapjaira és gyakorlati lehetőségeire kérdez rá.

Nagyrészt ez történik néhány huszadik századi filozófusnál, mint például Werner Jäger, Pierre Hadot, Michel Foucault, Jan Patočka, akik a filozófiai életformának elsősorban a filozófiatörténeti és történelemfilozófiai vonatkozásait elevenítették fel. Később, a nyolcvanas évektől kezdődően, többek közt Gerd B. Achenbach, Wilhem Schmid és Hannes Böhringer ezt a témát inkább alkalmazott filozófiaként – vagyis a mai társadalom sajátosságait figyelembe véve – kezdte el kidolgozni és gyakorolni. Ezek a felfogások az *életbölcsesség*, az *életművészet*, a *lélek gondozása*, a *filozófiai praxis* és a *filozófiai tanácsadás* fogalmi köré csoportosíthatók. Noha ezek a filozófiai projektek adott esetben egymástól igen eltérő álláspontot képviselnek, mégis közös nevezőként kiemelhető az a meggyőződés, hogy a filozófia jövője nagyrészt attól függ, hogy mennyire képes a „közvetlen textusértelmen túl nem mutató szöveggyártás” (Csejtei Dezső) jelenlegi formáin túl olyan irányba

5 A filozófia mint tudomány, világnézet és életforma fogalmához lásd Böhme világos felosztását és elemzéseit: Böhme, Gernot, *Einführung in die Philosophie. Weltweisheit – Lebensform – Wissenschaft*. Farnkfurt am Main, Shurkamp 1994.

6 Leloup, i. m. 5.

fejlődni, ahol az akadémiai igényesség és az etikai-életbölcseleti törekvés egyszerre érvényesül. Az így felfogott bölcsületnek vissza kell szereznie elvesztett kompetenciaterületeit és az aktuális életvezetés, egyéni és társadalmi formáiban megnyilvánuló irányvesztés állapotában újra radikális módon képviselnie kell az ész által vezérelt élet gyakorlatát és az ehhez kapcsolódó műveltséget.

II. Életbölcesség versus életművészet

A filozófiának mint életbölcességnek és életművészetnek a fogalmát két neves francia filozófus, Pierre Hadot és Michel Foucault feszegeti, akik közül a téma első kidolgozója, Hadot szerint az életformaként felfogott bölcsület nagyrészt a kereszténység megjelenésével kerül háttérbe, mivel a keresztény teológia számára a görög filozófia fogalmisága jelentett elsősorban értéket, ugyanis a konkrét életformát tekintve a kereszténységnek, a kinyilatkoztatás révén, egyértelmű útmutatása volt. Ezért a filozófiának a „teológia szolgálóleányaként” elsősorban a teológiai igazságok kibontásának rendszeres (racionális) feladatát kellett elvégeznie, tehát elsősorban formális, elméleti szerep hárult rá. Ezt megelőzően – így Hadot – a bölcsületi gondolkodás olyan szellemi gyakorlatokban öltött testet (meditáció, lelkiismeret-vizsgálat, a természet kontemplációja), amelyek a bölcsülettel foglalkozó személy formálását szolgálták.⁷ Hadot szerint a bölcsület saját személyünk által végzett aszketikus gyakorlat, gondolkodási aktusok által megvalósított életforma, amely a bölcsességre törekszik, noha tudatában van annak, hogy teljessége soha nem érhető el. Az így megvalósított életformának három fontos megnyilvánulását különböztetik meg: a lelki béke (*ataraxia*), a belső szabadság (*autarkeia*) és a kozmikus tudat.⁸ A filozófia ágazatokra történő bontása (fizika, etika és logika), hangsúlyozza Hadot, a tanítást szolgáló beszélgetés (értekezés) részei, de nem a filozófiának mint életformának az aspektusai. „...a filozófiai életmód már nem részletekre tagolt elmélet, hanem egységes cse-

7 Vö. Sárkány Péter, *Filozófiai lélegzőgondozás. Fenomenológia – egzisztenciaanalitikus logoterápia – filozófiai praxis*. Budapest, Jel 2008, 22.

8 Hadot, Pierre, A filozófia mint életforma, ford. Endreffy Zoltán, *Műhely* 2001/5, 5.

lekvés, amely abban áll, hogy éljük is a fizikát, a logikát és az etikát. Ebben az esetben az ember nem állít fel logikát, vagyis tudományt a helyes beszéd- és gondolkodásmódról, hanem helyesen beszél és gondolkodik, már nem állít fel természettant, hanem csodálattal szemléli a kozmoszt, már nem állítja fel a helyes cselekvés tanát, hanem helyesen és igazságosan cselekszik.”⁹ Hadot ugyanakkor meg van győződve arról, hogy ha korlátok között is, de a mai filozófiában is követendőek ezek az antik gyakorlatok.

A Hadot írásait jól ismerő és vele számos ponton vitatkozó Michel Foucault viszont nem a középkort marasztalja el a filozófia gyakorlati vonatkozásainak mellőzése miatt, hanem elsősorban az újkorban elterjedő egyoldalú tudományfelfogást. Foucault a szexualitás történetének szentelt munkája harmadik kötetének a *Törődés önmagunkkal* címet adja.¹⁰ Hadot-ra utalva ő is az antik filozófia életmódot alakító szerepére hívja fel a figyelmet, utalva Szókratészra, aki a *Védőbeszéd*ben az önmagunkkal való törődés tanítómestereként jelenik meg. Szókratész arra hívja fel az őt követőket, „hogy ne vagyontokra és megbecsültetésükre legyen elsősorban gondjuk, hanem saját magukra és a lelkükre”.¹¹ Az antik filozófia további fejleményeit kibontva, amelynek részleteire most nem áll módomban kitérni, Foucault megállapítja, hogy a törődés önmagunkkal elve később a Szókratésznél még megfigyelhető filozófiai kontextustól eloldódik és egyfajta *önkultúra* formáját ölti. Különbéféle eljárásokká és módszereké terebélyesedik. „Igazából az önismeret valóságos *művészetté* nőtte ki magát, melynek megvoltak a maga pontosan kialakított módszerei, körülhatárolt vizsgálódási formái és szentesített gyakorlatai.”¹² A *törődés önmagunkkal* elve valójában nem lesz más, mint a létezés művészete, vagyis az egyéni és a társadalmi életmódok gyakorlatára vonatkozó „életművészet”.¹³ Megfigyelhető,

9 Hadot i. m. 6.

10 Foucault, Michel, *A szexualitás története III. Törődés önmagunkkal*. Ford. Sujtó László, Budapest, Atlantisz 2001

11 Foucault i. m. 49.

12 Uo. 65. (kiemelés tőlem – S. P.)

13 Az életművészet szó nyelvhasználtunkban elég pejoratív értelmű. „Az életművészet szó ma leginkább az életművészekre emlékezteti meghallóját. Pedig életművészetten eredetileg korántsem a strandfiúk életmódja vagy sikeresnek

hogy Foucault Hadot értelmezéséhez képest másfajta eredményre jut. Nála már nem annyira a filozófiai életforma, mint inkább az önmagában vagy az általában vett életmód, életvezetés kerül előtérbe, amit az *életművészet* fogalma foglal össze. Hadot természetesen olvassa Foucault késői írásait, és kritikájában kiemeli, hogy Foucault félreérti őt és az antik filozófia intencióit, hiszen az ókor filozófusai nem a szépet (*kalon*), hanem a jót (*agathon*) keresik.¹⁴ Tehát soha nem „önkultúráról”, hanem önmagunk meghaladásáról van szó, ami sajátos módon valósul meg a bölcséletben. Ebből a szemszögből tehát a filozófiai életforma nem *életművészet*, hanem *életbölcsetség*.¹⁵ Hadot szerint Foucault életművészet-felfogása inkább a mai ember számára tartogat mondanivalót.¹⁶

A röviden rekonstruált vitából is kitűnik, hogy a téma „a mi a filozófia?”, valamint a művészet és az élet viszonyát boncolgató kérdések feszültségébe kerül. Foucault egyik tanítványának, Wilhem Schmidnek köszönhetően az *életművészet* fogalma hamarosan jelentős karriert fut be német nyelvterületen. Schmid ugyanis Foucaultnál írt disszertációjában először egy új életművészet kidolgozásának fontosságára mutat rá, majd később ezt az *Életművészet filozófiája* című munkájában megvalósítja.¹⁷ Schmid a modern individuum helyzetéből indul ki, aki szabad vallási, politi-

mondott hírességek életstratégiája értendő. Ez a jelentésmódosulás a fogalmak fakulásának és ellenkezőre fordulásának korántsem egyedülálló esetét mutatja. Az életművészet az élet művészete: ars vitae, techné tou biou – az antik filozófia legfőbb iránya és fogalma. Egyszerre praktikus és teoretikus válasz a kérdésre: *Hogyan kell élni...? (Márai).*” Tillmann 2001, 31.

- 14 Hadot, Pierre, *Philosophie als Lebensform. Antike Exerzitien der Weisheit*. Frankfurt am Main, Fischer 1991, 179.
- 15 Hadot Foucault-kritikájához lásd: uo. 177–181. és Hadot, Pierre, Megjegyzések az önkultúra fogalmához. *Pannonhalmi Szemle* 2007 (XV) 2, 95–102.
- 16 Foucault „az önkultúra olyan metódusát dolgozza ki, mely túlságosan az esztétikára koncentrál, és ami, azt hiszem, nem más, mint a dendizmus új, huszonegyedik századi formája.” Uo. 102.
- 17 Schmid 1991-ben doktorál Foucault-nál Tübingenben, majd 1997-ben az életművészet filozófiájából habilitál. Lásd Schmid, Wilhem, *Philosophie der Lebenskunst. Eine Grundlegung*. Frankfurt am Main, Suhrkamp, 1998 és Schmid, Wilhem, *Auf der Suche nach einer neuen Lebenskunst. Die Frage nach dem Grund und die Neubegründung der Ethik bei Foucault*. Frankfurt am Main, Suhrkamp, 2000.

kai, ökológiai, gazdasági és közösségi kötöttségeitől, s ebből adódóan arra kényszerül, hogy önállóan döntsön az élet értelmére és egyáltalán az életvitelére vonatkozó kérdésekben. Schmid érvelése szerint mindez egyértelműen új életművészetért és ennek alapjaira rákérdező filozófiáért kiált. Az életünket úgy kell felfognunk, mint műalkotást, az öngondozás vagy az önkultúra értelmében a táplálkozástól a szexualitáson és társadalmi életen át egészen az eminens értelemben vett életművészetig, a művészeti performance-ig.¹⁸

Schmidhez hasonlóan az életművészet témájának másik jeles kortárs német képviselője, Hannes Böhringer világosan megfogalmazza a Hadot történeti megközelítésére is vonatkoztatható kritikáját: „Antik szerzőket tanulmányoztam, Seneca szentenciális stílusáért lelkesültem, és meglepődtem Foucault életművészet-könyvétől. Akaratlanul is egy hullám hátán találtam magam. Mégis kezdettől fogva zavart a látszat, hogy az antik vagy a kora újkori életművészet minden további nélkül aktualizálható. A jelen partján szétroncsolódva feneklik meg az életművészet, csak roncsként használható. Számomra Odüsszeusz vált az életművészet mitikus megszemélyesítőjévé. Odüsszeusz okos. Reménytelen helyzetekben mindig eszébe jut még valami. Tud beszélni és berendezéseket, hadigépeket és járműveket építeni, amelyekkel tovább tud állni és elszenvedi a következő hajótörést.”¹⁹

III. Filozófiai praxis

A filozófiai praxis fogalmával kapcsolatban három állítást emelek ki, amelyeket a tanulmány további elemzései kívánnak alátámasztani:

a.) A filozófiai praxis *még alakulóféliben lévő alkalmazott etikai irányzat*, amely csak részben kötődik a jelenlegi „akadémiai-tudományos”

18 Vö.: Schmid, Wilhelm, *Philosophie der Lebenskunst. Eine Grundlegung*. Frankfurt am Main, Shurkamp, 1998; Az életről mint műalkotásról: Schmid, Wilhelm, *Das Leben als Kunstwerk. Versuch über kunst und Lebenskunst. Ihre Geschichte von der antiken Philosophie bis zur Performance Art*. In: *Kunstforum International* 1998, Bd. 142 (Oktober–Dezember), 72–79.; Bianchi, Paolo, *Lebenskunst: Gastarbeit zwischen Kunst und Leben*. In: *Kunstforum International* 1998, Bd. 142 (Oktober–Dezember), 44–49.

19 Böhringer, Hannes, *Életművészet újra a szemlén*. *Műhely* 2001/5, 16.

filozófiához, ugyanis – miként ez a legtöbb új megközelítéssel lenni szokott – annak kritikájára épül.

b.) A filozófiai praxis *nem segítőfoglalkozás*, vagyis nincs előzetesen rögzített elképzelése a társadalmi és mentális problémák eredetéről és kezelési stratégiáiról. Elsősorban az „egészséges” ember fejlesztése és szellemi igényeinek csiszolása a célja.

c.) A filozófiai praxis *nem egy bizonyos filozófiafelfogás mellett elkötelezett irányzat*, hanem egy szemlélet, amely az éppen megvalósuló bölcséletet a tudomány és életforma összefüggésében láttatja. Ezért a filozófiai praxis a legtöbb bölcséleti irányzat szempontrendszerében értelmezhető.

A szakirodalomban egyetértés uralkodik a tekintetben, hogy a *filozófiai praxis* fogalma Gerd B. Achenbach német filozófus nevéhez fűződik. Ő nyitotta meg ugyanis az első hivatalos filozófiai praxist a nyolcvanas években Németországban.²⁰ Erre a szolgáltatásra olyanok jelentkeztek, akik mindenféle megbélyegzés és elköteleződés veszélye nélkül, a nyugati bölcsélet értelem-összefüggésében, szellemi szükségleteik, értelemkeresésük és életvezetésük mikéntjére válaszokat kerestek. Achenbach szóhasználatában filozófiai praxis alatt elsősorban az orvosok, pszichológusok, pedagógusok, szociális munkások praxisához hasonló, konkrét vállalkozást kell értenünk, amelyben a filozófiában járatos szakember, a felmerülő szellemi igények és életvezetési döntések támogatására, a nyugati bölcsélet széles körű kelléktárát használja. Mivel a magyar nyelvű szakirodalomban a filozófiai praxistról szóló ismertetőik igen ritkák, és szakszótáraink sem nyújtanak e témában eligazítást,²¹ érdemes hosszasan idézni *A filozófia történelmi szótárának* „filozófiai pra-

20 Ma már a filozófiai praxisnak létezik nemzetközi képviselő- és képzőszervezete, többek közt Németországban, az USA-ban és Kanadában.

21 Ismeretem szerint magyar nyelven a filozófiai praxis és tanácsadás témájában az alábbi publikációk olvashatók: Sárkány Péter, *Filozófiai praxis dióhéjban. Pro Philosophia* 2004/40, 53–62.; Sárkány Péter, *Filozófiai lélegzõdõzés. Feno-
menológia – egzisztenciaanalitikus logoterápia – filozófiai praxis*. Budapest, Jel 2008; Kovács József, A filozófiai tanácsadás. In: Kopp Mária (szerk.): *Magyar lelkiállapot 2008: Esélyerõsítés és életminõség a mai magyar társadalomban*. Budapest, Semmelweis Kiadó 2008.

xis” szócikkéből, amelyet a történelemfilozófiájáról ismert kortárs német filozófus, Odo Marquard fogalmazott meg:

Achenbach „filozófiai praxis alatt szakszerűen művelt filozófiai életvezetési tanácsadást ért, amely egy filozófus ’praxisában’ történik. [...] A filozófiai praxis során nem tanárként, hanem filozófusként lépünk fel. A filozófia konkrét alakja a filozófus személye: és ő, a filozófus – egyszemélyes intézményként – a filozófiai praxis. [...] A filozófiai praxis szabad beszélgetés. [...] nem ír elő filozofémákat, nem ír fel filozófiai belátást, hanem a gondolkodást lendíti mozgásba: a tanácsot kérővel együtt bölcsekedik – akit nem rendel alá „esetként” a meglévő probléma- és megoldási sémáknak, hanem mint individuumot kezeli – és így tud segíteni, amennyiben a tájékozódási akadályokat fellazítja és megszünteti: a filozófiai praxis nem adja meg a végső megoldást, de tovább segít.”²²

A fenti sorokat olvasva nem véletlen, hogy a filozófiai praxisok megjelenése Nyugat-Európában nagy érdeklődést váltott ki a bölcelet iránt érdeklődők körében. A jelenlegi helyzetből kiindulva, némi iróniával, megjegyezhető: persze, a filozófia sem akar lemaradni a „*coaching* bussinesz”-ről, hiszen ma már alig tudunk olyan életterületet megnevezni – a konyhai tevékenységtől az üzleti életig –, amelynek művelésében (borsos áron) ne vehetnénk igénybe az éppen aktuális jelzős szerkezetben megfogalmazott tanácsadó szakember segítségét. Nos, miért maradna ki ebből épp a filozófia? Kétségtelen, hogy a filozófiai praxisok elterjedéséhez a tanácsadás iránt növekvő piaci kereslet is hozzájárult. Mindazonáltal ha valaki, aki egy kicsit is járatos a filozófia történetében és az anyagi érdekek, valamint a személyes ambíciók által mozgatott felszín mögé tekint, könnyen rájön, hogy a filozófiai praxis kialakulásának okait firtató kérdést a következő formában is meg lehetne fogalmazni: hogyan fordulhatott elő, hogy a történelem során a filozófia tudományos igényének és életformáló hatásának egysége megtörik, és az újkortól kezdően egyre erőteljesebb mértékben szinte kizárólag a tudományosan művelt filozófia került előtérbe?

Az életbölcseesség és az életművészet fogalmainak elemzésénél már érintettem azt, hogy a tudományosan művelt filozófia hogyan

22 Marquard 1989.

szorította ki a filozófia gyakorlati vonatkozásait. Ezért ennek alapján is megállapítható, hogy a filozófiai praxis megjelenése az életbölcseleti vonatkozások újraélesztéseként és az elmélet–gyakorlat újfajta egyesítési kísérleteként is felfogható, amely végső soron a filozófia egykori kompetenciaterületét kívánja visszaszerezni. Ráadásul ez a kísérlet könnyen elveszhet a segítőfoglalkozások és az őket szabályozó jogi szabályozások útvesztőjében. Vagyis a filozófiai praxis a huszadik század második felében akkor próbálja meg annak a sajátos, a hétköznapi, a vallási és a természettudományi viszonyulásoktól jól elkülöníthető beállítódásnak a gyakorlati-etikai szempontú újraélesztését, amikor a filozófia művelése jórészt az egyetemi és egyéb akadémiai intézmények elefántcsonttornyaiba húzódott vissza.

Ennek a helyzetnek az ellentmondásosságát jól összefoglalja Hannes Böhringer: „A filozófiát az egyetemi filozófia üzemelteti, előbbre jutását azonban kívülállóknak és excentrikus alakoknak köszönheti: Nietzschének, Heideggernek, Wittgensteinnek, Deleuzenek... A filozófia tehát sohasem hagyatkozhat teljesen akadémiai miliőjére. A filozófus életformájára nem telepedhetik rá teljesen az egyetemi tanárá. A tudományok elkülönülése a filozófiát tartósan a tudomány és a művészet közti kényes helyzetbe hozta.”²³ Böhringer megközelítése azért üdvözlendő, mert az „excentrikusok” által művelt filozófiát fontos, de mégsem radikális különbségben láttatja az akadémiaiától. Felfogásom szerint ugyanis egy igényes filozófiai praxis felfogás a filozófia olyan egységes fogalmára hívja fel a figyelmet, amely az elméleti és gyakorlati filozófia közötti megkülönböztetést kizárólag a megértést szolgáló segédeszközként, vagyis heurisztikus értelemben használja.²⁴

23 Böhringer, Hannes, *Szinte semmi: Életművészet és más művészetek*. Ford. Tillmann J. A., Budapest, Balassi Kiadó – BAE Tartóshullám 2006, 9.

24 Ebből a szempontból Achenbach érvelése során túl nagy árkot ás az akadémiai és a nem akadémiai filozófia közé, amivel veszélyezteti a filozófia egységét. Ráadásul egy ilyen felfogás éppen azokat a hibákat tudja elkövetni, amelyeket a az akadémiai filozófia esetében kritizál, csak ellenkező előjellel: nem elefántcsonttoronyba húzódik vissza, hanem feloldódik az „élet” sokféleségében. Részletesebb kritikához lásd: Sárkány Péter, *Filozófiai lélekigondozás*.

Mindez arra figyelmeztet, hogy a filozófiai praxis fogalmának elemzése során a „praxis” szónak nemcsak a hétköznapi jelentését kell kihallanunk. Nem kizárólag egy meghatározott térben, időben és társadalmi keretek között zajló sajátos tanácsadó tevékenységet kell értenünk alatta, hanem ehhez kapcsolódva azt az átfogó bölcséleti horizontot, amelyben a mindenkori konkrét tanácsadói gyakorlat tájékozódik. Ezért a filozófiai praxis fogalma különböző dimenzióinak elkülönítésére Hans Krämer leírása tűnik alkalmasnak. Szerinte a filozófiai praxisnak három egymással összefüggő jelentése van: a *filozófiai elmélet által irányított cselekvés*; az *etikai alapmagatartások begyakorlása* és a *tanácsadó beszélgetés*.²⁵

A Krämer által javasolt dimenziókból kiindulva leszögezhető, hogy csak az a tanácsadói beszélgetés tekinthető filozófiai praxisnak, amely az első két szempontot is érinti. Vagyis a filozófiai praxisban zajló életvezetési tanácsadás filozófiai szemlélet, etikai megfontolások és gyakorlatok alapján történik.

A filozófiai praxis sajátosságainak megállapításánál azt javaslom, hogy különítsük el a filozófiai praxis átfogó és a filozófiai tanácsadás szűkebb fogalmát. Az utóbbi az előző nélkül lehet egy bizonyos segítőhivatás keretein belül alkalmanként megnyilvánuló filozófiai *tanácsadás*, de nem *filozófiai praxis*.

IV. Filozófiai tanácsadás

A filozófiai praxist és tanácsadást nagyon sok tanulmány szinonimaként kezeli. A fentiek alapján szakmai szempontból mégis indokoltnak tűnik a két megközelítés elkülönítése, hogy a gyakorlatban megvalósuló egységük előtérbe kerüljön. A *filozófiai tanácsadás*, a hivatkozott krämeri meghatározás alapján, felfogható a filozófiai praxis konkrét megvalósulásaként, amely a teória által irányított cselekvés és az etikai alapmagatartások begyakorlásában játszik meghatározó szerepet. Ezáltal a filozófiai tanácsadás a *neve-*

Fenomenológia – egzisztenciaanalitikus logoterápia – filozófiai praxis. Budapest, Jel 2008, 174–182.

25 Krämer Hans, *Integrative Ethik*. Frankfurt am Main, Suhrkamp 1992, 331.

lés (képzés), *tanácsadás* és a *terápia* kontextusába kerül.²⁶ Egy olyan tevékenységet jelöl, amely jártasságot feltételez a filozófiai-etikai képzettségen túl a nevelésben, a tanácsadásban és a személyiségfejlesztésben. Értelmezésem szerint tehát filozófiai tanácsadásról célkitűzésének megfelelően két értelemben beszélhetünk. Az egyik a filozófiai praxis átfogó fogalmához kapcsolódik, amikor a tanácsadó szakember pedagógiai, tanácsadó és személyiségfejlesztő ismereteit és készségeit a bölcséleti elvekhez igazított élet és a kívánt etikai magatartás kialakítása céljából alkalmazza. Ehhez képest a filozófiai tanácsadás második lehetséges értelme fordított irányú: a pedagógus vagy a különféle segítő foglalkozású tanácsadó szakember praxisában felmerülő világnézeti, érték- és életvezetési problémák eredményes kezelése érdekében igénybe veszi a filozófiai hagyomány által biztosított kelléktárat, hogy a kitűzött célt (például a lelki egészséget vagy a társadalmi reintegrációt) elérje. Egyértelmű, hogy a két megközelítésben a súlypont máshová kerül. Ezért a második értelemben vett valamely konkrét *pszicho-szociális* (szociálpedagógiai, pszichológiai vagy pszichoterápiái stb.) tanácsadásban vagy lelkipozózi gyakorlatban megvalósuló filozófiai témájú beszélgetés csak korlátozott értelemben tekinthető filozófiai praxisnak, mivel célkitűzéseikben a filozófiai és etikai elvek nem tudatosulnak. Ezekben az esetekben a tanácsadás folyamata nem a saját életbölcséleti beállítódás kialakítását, hanem elsősorban a jobb, a kényelmesebb, a gond nélküli élet megvalósítását vagy a lelkipozozás esetében a keresztény identitás és életforma kialakítását célozza meg, s ehhez a bölcséleti szemlélődést, érvelést és az ezek alapjául szolgáló életformát nem célnak, hanem eszköznek tekinti. Meglátásom szerint a filozófiai praxis körül a kompetenciahatárookra kihelyezett, de valójában hatalmi és anyagi érdekek által szított, mesterkéltn vitákat gyakran ennek a különbségtételnek a figyelmen kívüli hagyása gerjeszti.²⁷ Hiszen az önálló filozófiai praxis jogosságának megkérdőjelezői a filozófiai tanácsadást kizá-

26 Ezt az összefüggést jól kibontja: Ruschman Eckart, *Philosophische Beratung*. Stuttgart, Kohlhammer 1999, 14–32.

27 A pszichoterápia és filozófiai praxis összevetéséhez lásd: Fenner, Dagmar, *Philosophie contra Psychologie: Zur Verhältnisbestimmung philosophischer Praxis und Psychotherapie*. Tübingen, Francke 2005.

rólág a második megközelítésben használják, és úgy érvelnek, hogy az életbölcseleti nézőpont például a különféle filozófiai indíttatású pszichoterápiák gyakorlatában megvalósul. Tény, hogy bizonyos egzisztenciális vagy fenomenológiai nevezett pszichoterápiás irányzatok (dasein-analízis, logoterápia, egzisztenciális pszichoterápia) filozófiai alapból építkeznek, de eljárásuk során ezt az alapot is normatívnak kezelik, és filozófiai szempontból nézve ugyanabba a hibába esnek bele, mint az általuk bölcseleti alapokról erőteljesen kritizált pszichoanalitikai vagy viselkedés-lélektani álláspontok.

Mindennek ellenére a filozófiai praxis és az említett filozófiai indíttatású pszichoterápiás iskolák sorsközössége egyértelmű. Önmagában a pszichoterápia gyakorlata és tudományossága között kitapintható feszültség a filozófiai tanácsadás jellemzője is, ha a konkrét filozófiai praxis azoknak a tudományos felfogásoknak kívánna megfelelni, amelyekbe gyakran a pszichoterápiás megközelítéseket több-kevesebb sikerrel beszuszakolni igyekeznek. Ezzel kapcsolatban a neves amerikai egzisztenciális pszichoterapeuta, Irvin D. Yalom arra figyelmeztet, hogy a klinikusok nagy többsége disszertációjuk elkészítése és megvédése után feladja az empirikus kutatást. Mindez annak az „egzisztenciális” tapasztalatnak az eredménye, amelyet Yalom drámai módon fogalmaz meg a magyarul is olvasható könyvében: „...jaj annak a kutatónak, aki olyan tényezőket akar mérni, mint eltökéltség, nagylelkűség, életkedv, önállóság, spontaneitás, humorérzék, bátorság vagy életszeretet. Újra és újra szembetalálkozik a pszichoterápiás kutatás megmásíthatatlan tényével: az eredmény pontossága egyenesen arányos a vizsgált változók trivialitásával.”²⁸

Ami a filozófiai praxis és/vagy tanácsadás módszereinek kérdését illeti, elsősorban azok az eljárások jönnek szóba, amelyek a társadalomtudományokban „kvalitatív” módszerekként ismeretesek. Ilyen például a *dialektikai*, a *fenomenológiai* és a *hermeneutikai* módszer. Ezek a tanácsadásban részt vevő gondolkodását, életvilágát és etikai normáit ragadják meg, írják le, és egyben a beszélgetés során érintett bölcseleti tartalom kifejtésében is szerepet játszanak.

28 Yalom Irvin D., *Egzisztenciális pszichoterápia*. Ford. Adorján Zsolt, Budapest, Animula 1995, 23.

A filozófiai praxis/tanácsadás konkrét feladatai közé sorolható például a *gondolkodás művelésében nyújtott segítség, a szituációk megítélése, a konkrét problémákhoz kapcsolódó értékítéletek tisztázása, útmutatás önismereti és önmegvalósítási kérdésekben*, valamint az életvezetéssel összefüggő *individuális életbölcselet kialakításához nyújtott tájékoztatás és oktatás*.²⁹ E célkitűzések elérése érdekében a filozófiai tanácsadás a bölcsességre törekvést és az ember létmódjával járó egzisztenciális kihívásokat (fájdalom, bűn, szorongás, halál) és lehetőségeket (öröm, humor, szeretet) összefüggésükben szemléli. Ezért a filozófiai tanácsadásban a Kant által „világnézeti szempontból” megfogalmazott alapvető filozófiai kérdések, mint a *mit lehet tudnom?* (metafizika), *mit kell tennem?* (morál), *mit szabad remélnem?* (vallás) és az ezek alapjául szolgáló fő kérdés: *mi az ember?* (antropológia), helyzet és személyfüggő kérdésekké fogalmazódnak át: *mit tudok?* *mit teszek?* *mit remélek?* *ki vagyok én?*³⁰ Mindez szabad szókratészi párbeszéd formájában, a reflexión alapuló elemzésben, majd az ezek részleteiből kiindulva szemléletváltás valósul meg az átfogó egész irányába. A párbeszédben a *filozófiai reflexió* a kérdések, a problémák, az etikai döntések, megoldási lehetőségek és következmények körvonalazásánál játszik fontos szerepet. Az átfogó szemlélet kialakítása pedig valójában a konkrét problémától és a tanácsadásban részt vevő önvonatkozását átlépő, „önmagán túllépő” szemlélődés, amelyben a kiinduló probléma, a személy érzelmi és gondolatai egy átfogó értelem-összefüggés részeként értelmeződnek, vagyis érvényesül a *filozófiai szemlélődés* mindenkinben rejlő lehetősége.³¹

V. Filozófiai lélekgondozás

A *filozófiai lélekgondozás* kifejezéssel saját életbölcseleti és filozófiai praxissal kapcsolatos felfogásomat különítem el. Az elnevezés részben jelezni kívánja a segítőfoglalkozások gyakorlatával szembeni

29 Fenner i. m. 45–60.

30 Achenbach Gerd B., *Philosophische Praxis*. Köln, Dinter 1987, 20.

31 A filozófiai tanácsadás gyakorlatának egyes szakaszaihoz (lebegtetés, közvetlen problémamegoldás, oktatás, transzcendálás) lásd: Raabe Peter B., *Philosophical Counseling: Theory and Practice*. Westport, Praeger Publishers 2001, 125–166. Magyar nyelvű ismertetése: Kovács i. m. 2008.

távolságot, ugyanakkor a magyar nyelvben meghonosodott „pszichoterápia” és „lelkigondozás” szavak közös eredetére tudatosan emlékeztet. Felfogásom egyik alapvető különbsége az eddig ismertetett álláspontokhoz képest, hogy a filozófiai életformára vonatkozó filozófiákat (életbölcselet, életművészet) és a filozófiai praxis/tanácsadás célkitűzéseit kibővíti a bölceleti indíttatású pszichoterápiái megközelítésekkel, s mindezt a *lélekgondozás* egységes eszméje alá rendeli.³²

A korábban ismertetett álláspontok jelentős részétől eltérően a *filozófiai lélekgondozás* a pszichoterápia és a különféle keresztény lelkigondozói irányzatokhoz képest a lélekgondozás specifikumát a *gondolkodás bölceleti gyakorlatában* ragadja meg. Ezzel ahhoz a filozófiai hagyományhoz kapcsolódom, amely a lélek különböző „funkciói”, „részei” közül a gondolkodásnak tulajdonította a meghatározó szerepet. Éppen ezért felfogásom szerint a bölceleti lélekgondozás megkülönböztető tevékenysége a *gondolkodás gondozása*, amely a bölceleti hagyomány prizmáján megtörve különböző formákban ölthet testet. Az általam előnyben részesített konkrét filozófiáfelfogás fenomenológiai-hermeneutikainak nevezhető, vagyis a lélekgondozás fogalmát a huszadik századi kontinentális filozófia e két egymásra ható irányzatának a segítségével közelítem meg. Ezt a nézőpontot az is indokoltta teszi, hogy a fenomenológiai irányzathoz több olyan pszichoterápiás iskola is merít, amelyeknek a képviselői korábban a pszichoanalízis hatása alatt álltak. A továbbiakban a *lelkigondozás* és *lélekgondozás* szavak használatával kapcsolatos problémák érintése után röviden vázolom a *filozófiai lélekgondozás* sajátosságát, célkitűzését és néhány módszertani vonatkozását.

32 Azokat a filozófiai indíttatású pszichoterápiákat, mint például Binswanger és Boss dasein-analízisét, Viktor Frankl logoterápia- és egzisztenciaanalízisét, Irvin D. Yalom egzisztenciális pszichoterápiáját vállaltan koncepciózus módon, olyan nyílt vagy rejtett módon kibontott filozófiai lélekgondozás koncepcióknak fogok fel, amelyeket az említett szerzők a pszichoterápia területén alkalmaznak. Fontosnak tartom ugyanakkor kiemelni, hogy az osztrák vagy a svájci pszichoterápiás felfogás és törvény a filozófiát a pszichoterápia egyik alapvető kiindulási pontjának tekinti. Ez a tény jelentős mértékben megkönyvíti a két terület párbeszédét.

1. Lelkigondozás versus lélekgondozás. A mai nyelvhasználatban a „lelkigondozás” szó egyértelmű jelentésvilággal rendelkezik: mindenekelőtt lelkipásztori tevékenységet értünk rajta, tehát a szó a keresztény egyházak sajátos küldetésének és gyakorlatának megnevezésére használatos. A keresztény teológiában a gyakorlati teológia szerves része, amely elsősorban a pszichológia tudományának térhódításával, az elsődleges törekvést a lelki üdvösségre az életproblémák kezelésével együtt szemléli. A „lelkigondozás” tehát szakkifejezés a teológiában.³³

A szó azonban korábban, először Platón *Lakhész* című párbeszédében bukkan fel, ahol két apa az ifjak neveléséről folytat beszélgetést.³⁴ Szókratész segítségével a két fél abban állapodik meg, hogy a nevelés nem más, mint *pszükhész therapeia*.³⁵ Nyilván az itt használt kifejezés még nem terminus, tehát Platónnál a lélekgondozás nem nyer szisztematikus kidolgozást, mindazonáltal filozófiájának lényegi elemét képezi. A lélekgondozás igényének megjelenése, kihangsúlyozása a filozófia következménye, mint arra Werner Jäger nyomán Jan Patočka rámutatott. A lélek gondozásának központi aktusa maga a gondolkodás: a lélek önformálása. „A gondolkodás [...] olyan cselekvés, amelynek révén az ember önmagával foglalkozik, önmagát nyeri el, tulajdonképpen önmagává teheti magát. [...] A gondolkodás [...] a lélekben történik, amelyet köt és kötelez: ez a lélek ténykedése a lelken, mégpedig pozitív, tartalmi, meghatározó, s ennél fogva formaadó ténykedés. Vannak a léleknek egyéb ténykedései is önmagán, például az érzelemben és a vágyakozásban; itt is a lélek dönt önmagáról, de nem formaadó és meghatározó módon, hanem saját meghatározatlanságáról és feloldódásáról dönt.”³⁶ A tanulmány témája szempontjából Jan Patočka cseh filozófus sorai világosan rámutatnak arra, hogy a mindenkori *filozófiai* praxis és tanácsadás alapját a gondolkodás gyakorlata képezi, amely a konkrét tanácsadás és személyiségfejlesztés értelem-összefüggésében a gon-

33 A lelkigondozás fogalmának eredetéhez lásd: Bonhoeffer, Thomas, *Ursprung und Wesen der christlichen Seelsorge*. München, Kaiser 1985.

34 Lakhész. 186a.

35 Lakhész. 185e.

36 Patočka, Jan, *Európa és az Európa utáni kor*. Prága, Kalligram 2001, 86.

dolgozás gondozásának elvében foglalható össze. Fontos ugyanakkor kiemelni, hogy ez a nézőpont csak részben eshet egybe a „világi” vagy az „orvosi” lelkigondozások programjaival, amelyeket elsősorban ateisták számára dolgoztak ki.³⁷ Kétségtelen, hogy ezek az irányzatok számos ponton támaszkodnak bölcséleti megfontolásokra, és a segítő foglalkozásuk és a teológusok tájékoztatlanságát kéri számon. Törekevéseik azonban egy adott konfesszionális vagy pszichoterápiás szemléleten belül maradnak.

A filozófiai lélekgondozás esetében nem az ember lelki üdve (lelkigondozás), nem az ember egészsége, vagyis testi, lelki és szociális jólléte (segítő foglalkozások) kerül a középpontba, hanem a megélt élet konkrét értelme, a szemlélődő élet átfogó értelme és az értelem szemlélése. Alapjában véve egy olyan megközelítésről van szó, amely az „életművészet” fent vázolt elképzelésével szemben inkább az életbölcesség szemléletét érvényesíti, vagyis az antik filozófiai törekvések közül a lélek ápolásának szókratészi hagyományához köthető, amely a bölcsességre és a boldogságra való törekvést egységben szemléli és ezt a kortárs filozófiai megközelítések módszertanával és nyelvezetével tematizálja.

A lelkigondozás sokat idézett szintjeit segítségül hívva (jelenlét, meghallgatás, értelemkeresés és imádság)³⁸ elmondható, hogy a filozófiai értelemben vett lélekgondozás és a konfesszionálisan elkötelezett lelkigondozás az értelemkeresés szakaszában ér össze, pontosabban a két megközelítés sajátosságai, a lelkigondozás esetében az ima, a filozófiai lélekgondozásban pedig a bölcséleti reflexió és szemlélődés (teória).

2. A gondolkodás gondozásának dimenziói. Meghatározásom szerint a filozófiai lélekgondozás megkülönböztető jegye tehát a *gondolkodás gondozása*. Ez lehet egy konkrét életgondot érintő

37 Például: Börner, Wilhem, *Weltliche Seelsorge: Grundlegende und kritische Betrachtungen*. Leipzig

1912; Frankl Viktor Emil, *Ärztliche Seelsorge: Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse*. Frankfurt am Main, Fisher Taschenbuch 1987.

38 Vö.: Debrecenyi Károly István – Nemes Ödön SJ – Szarka Miklós, *Lelkigondozás – lelkivezetés: Szempontok a fogalmak tisztázásához. Embertárs* 2004/2, 152.

gondolkodás vagy kifejezetten az egyes személy gondjára vonatkozó gondolkodás, de lehet magára a gondra mint gondra irányuló gondolkodás, amely felismeri, hogy a gond (viselés) minden *gondolkodás*, *gondozás* és *gondolkodás* forrása. Összefoglalva a gondolkodás gondozásának három lehetséges irányát különítem el:

a.) Egy konkrét gondra, problémára összpontosító gondolkodás, amely a gondolkodás törvényszerűségeire alapulva faktikus kihívások megoldásán fáradozik.

b.) Önmagunk gondjára (legsajátabb feladatainkra, hivatásunkra, értékeinkre, életformánkra) irányuló gondolkodás, amely a korábbi pontban említett, konkrétan jelentkező életgondokkal szemben normatív. Ezen a szinten az életvezetést érintő, úgynevezett *életből-cselelti* gondolkodásról van szó.

c.) A gondot mint olyat szemlélő gondolkodás, „már nem az életgond, avagy a személy egyedi kibontakozásával kapcsolatos gond, hanem a valamiről és valakiről való gondolkodást és az ön-gondolást egyszerre lehetővé tevő transzcendentális feltétel, mely (mivel maga is gondolkodás), rászorul arra a gondra, amit elgondol.”³⁹

Hangsúlyozandó, hogy a gondolkodás gondozása nem a „könyvben funkcionálni” (az életben vagy a társadalomban) elve alapján tájékozódik, hanem az egyes embert „visszavezeti sorsának keménységébe”.⁴⁰ A filozófiai lélek-gondozás tehát az orvosi és pszichológiai értelemben vett terápiától és tanácsadástól a célkitűzéseiben valamint eljárásában eltérő tanácsadási forma, amely elsősorban az ember szellemi igényeinek, kihívásainak feltárására és ezeknek feloldására törekszik a gondolkodás aszkézisében.

3. Módszertani szempontok. Az alábbiakban, a részletes bemutatást mellőzve, három olyan „módszert” vázolok, amelyek a gondolkodás gondozásához nyújtanak segítséget.

39 Sárkány Péter, *Filozófiai lélek-gondozás*. Fenomenológia – egzisztenciaanalitikus logoterápia – filozófiai praxis. Budapest, Jel 2008, 69.

40 „A filozófia feladata, hogy az embert az olyan ember gyanús aspektusából, aki a szellem műveit pusztán felhasználja, visszavesse sorsának keménységébe.” Heidegger, Martin, Zollikoni előadások (részlet). In: Szummer Csaba – Erős Ferenc (szerk.), *Filozófusok Freudról és a pszichoanalízisről*. Budapest, Cserépfalvi 1993, 48.

a.) *Szókratészi párbeszéd.* A szókratészi párbeszéd igen gyakran említett, de mégis legtöbbször felszínesen elemzett eljárási formája a segítő foglalkozásoknak is. A filozófiai lélekgondozás egyik fontos törekvése a szókratészi filozófia daimonikus jellegének érvényesítése. A tanácsadási gyakorlatban is igen lényeges a kérdező és a felelő gondolkodás elkülönítése és összefüggésüknek a felmutatása. Ezek leírására útmutatásul szolgálhat Platón barlanghasonlata. Eszerint a filozófiai lélekgondozás a barlangból kifelé tartó kérdező-kereső-felelő-megismerő jellegű gondolkodást a barlangba visszatartó kérdező-kereső-felelő-segítő etikai gondolkodással egészíti ki. A párbeszéd a gondolkodás e két mozgásirányát tartja egyensúlyban. Ezért a filozófiai lélekgondozás magától értetődő példaképe Szókratész, aki egyfelől hallgat az őt meglátogató gondolatokra („daimónokra”), másfelől viszont az általa feltett kérdésekkel az órá hallgató személyek gondolkodását vezeti: őket is a gondolkodás személyes gyakorlására hívja.⁴¹

b.) *Értékközpontú egzisztenciaanalízis.* Ez az eljárás tulajdonképpen az egzisztenciafilozófia és Viktor Frankl egzisztenciaanalitikus logoterápiájának alkalmazása. A filozófiai lélekgondozás fontos ténykedése az egyén életvilágának és értékeinek egzisztencia-központú feltárása. Az eljárás lényege az egzisztencia és a hozzá szervesen kapcsolódó értelem- és értékösszefüggés vizsgálata. Az egzisztenciaanalízis tulajdonképpen a mindenkor itt és most megnyilvánuló egzisztenciára irányuló analízis. A konkrét személy választási szabadságának, felelősségének, cselekvési lehetőségeinek vizsgálata.⁴² Mindemellett ez a „módszer” értékközpontú is, mivel a konkrét személyt mindig értékeivel, értelemkeresésével és értelem-megvalósításával együtt szemléli s azokkal a szókratészi párbeszéd keretén belül szembesíti. Ezért a lélekgondozás gyakorlata ezen a szinten az egyén önfelülmúlására (öntranszcendenciájára), vagyis konkrét értelemmegvalósításaira és az ezekért vállalt vagy éppen nem vállalt felelősségre koncentrál.

41 Sárkány Péter, *Filozófiai lélekgondozás.* Fenomenológia – egzisztenciaanalitikus logoterápia – filozófiai praxis. Budapest, Jel 2008, 206.

42 Frankl i. m. 56–61.

c.) *Fenomenológiai gyakorlat.* Ez a módszer egységben szemléli a gondolkodás lehetséges irányait. A fenomenológiai gyakorlat első szintje az életgondra való és az önmagunk gondjára való irányulást segíti elő, míg második szinten a konkrét életgond és önmagunk meghaladását célozza meg. A fenomenológiai gyakorlat leírását Heidegger fenomenológiai módszerének három mozzanatával (redukció – destrukció – konstrukció) szemléltetem.⁴³ A heideggeri filozófiában a fenomenológiai módszer a lét értelmére vonatkozó kérdés kidolgozását szolgálja, és egy új ontológiára vonatkozó fogalmiság alapjait fekteti le.

A filozófiai lélegkondozásban ennek a módszernek az alkalmazása épp az ellenkező utat járja be: az általános létmegértés horizontját individualizált létmegértésként érti. A *redukció* itt nem a „fenomenológiai pillantás visszavezetése a létező meghatározott felfogásától a létező létének” megértésére,⁴⁴ hanem a pillantás visszavezetése a létező konkrét individuális létének lehetőségeire. A destrukció nem „az átöröklött és ugyanakkor szükségszerűen alkalmazandó fogalmak leépítése azokra a forrásokra, amelyekből e fogalmakat merítették”, hanem azon reflexiók sémák, viselkedések leépítése, amelyek az életben adódó újabb értelemmegvalósítási lehetőségek felismerését megakadályozták. Tehát a filozófiai lélegkondozás ezen a szinten nem a lét struktúráinak fogalmi vizsgálatát, hanem a konkrét egzisztencia elemzését végzi el. Ebből következik, hogy a *konstrukció* az egyén konkrétan megnyilvánuló szabadságában, értékmegvalósításában és ítéleteiben ölt testet. Vagyis a fenomenológiai praxis első szintje az öntranszcendencia konkrét formáinak feltárását és gyakorlását szorgalmazza.

A fenomenológiai gyakorlat második szintjénél a segítségül hívott elemzés eredeti iránya érvényesül. A *redukció* az egyedi öntranszcendencia gyakorlatából kiindulva irányítja a reflexiót az egyeditől az általános felé, vagyis az „élet”, „lét” értelmét firtatja és ennek érdekében *destruálja* azokat a fogalmakat, amelyek egyéni érdekeinket és értékeinket tükrözik. A *konstrukció* a fenomenológiai gyakorlat

43 Heidegger Martin, *A fenomenológia alapproblémái.* Ford. Demkó Sándor, Budapest, Osiris/Gond-Cura Alapítvány 2001, 34–35.

44 Uo. 34.

második szintjén pedig a szókratészi párbeszéd során kikristályosodó (élet)bölcsesség, etikai elv, amely a további szemlélődés alapjául szolgálhat és így tovább.

VI. A filozófiai praxis és lélekgondozás lehetséges funkciójáról

A filozófiai praxis által képviselt gyakorlatorientált szemlélet különböző szerepeket tölthet be. Mivel ez a megközelítés Magyarországon egyelőre nem elégíti ki „alapvető szükségletet”, önálló tevékenységként korlátozott formában művelhető. Reális esélye lehet viszont annak a célkitűzésnek, hogy a filozófiai praxis a meglévő filozófiai, pedagógiai és segítő foglalkozások képzéseibe illesszük, vagy rendszerezett továbbképzés formájában egyfajta szakirányú továbbképzési programként működjön. A filozófiai praxisnak e tanulmányban érintett fogalmai közül a tanácsadásként és személyiségfejlesztésként felfogott és kidolgozott „filozófiai tanácsadás” lehetne az a fogalom, amelyhez a segítő hivatások és a lelkgondozás/lelkivezetés egyaránt kapcsolódhatnak.

Bármilyen formában valósulna meg egy ilyen, a filozófiai tanácsadás elméletére és gyakorlatára összpontosító képzés – nemzetközi példákat is figyelembe véve –, az alábbi követelményeket látom elengedhetetlennek:

a.) Lehetőség szerint kettős szakmai jártasság, esetleg végzettség (filozófia és pedagógia; filozófia és teológia; filozófia és valamely segítő foglalkozás), illetve az alapképzettséget kiegészítő „filozófia praxis” továbbképzés.

b.) A továbbképzésben azoknak az ismereteknek és készségeknek az elsajátítása tűnik fontosnak, amelyek a filozófiai teória által irányított cselekvés kialakításához, az etikai alapmagatartások begyakorlásához és az ezekre alapozott életvezetési tanácsadáshoz tartoznak. Véleményem szerint az életbölcseleti és életművészeti szempontú oktatás ebben a tanulmányban röviden ismertetett formái, valamint a filozófiai praxis és tanácsadás oktatása kifejezetten ajánlott a Magyarországon „etikatanár” MA továbbképzési prog-

ram keretén belül. Fontosnak érzem emellett a filozófiai praxisnak a pedagógiai és segítő foglalkozások képzésébe való beillesztését.

c.) Az előző két pontból következik, hogy filozófiai tanácsadás művelésére az lenne igazán alkalmas, aki egy erre a célra létrehozott képzés keretén belül bizonyította, hogy tisztában van a filozófiai hagyomány fő etikai és életbölcseleti irányzataival és a kortárs életvezetési és etikai dilemmákkal. Korszerű ismeretekkel rendelkezik továbbá az életbölcseleti irodalom és a filozófiai indíttatású pszichoterápiás megközelítések sajátosságairól. Elsajátította azokat a pedagógiai és pszichológiai alapokat, amelyek a filozófiai tanácsadás gyakorlati alkalmazására képessé teszik. Tisztában van a kompetenciahatárával és e régi-új „szakmához” kapcsolható alapvető etikai normákkal. Mindezt egy önálló filozófiai praxis szakirányú továbbképzési szak által lehetne megvalósítani, amely elsősorban a segítő és pedagógiai hivatású szakemberek gyakorlatorientált képzését valósítaná meg.⁴⁵

Az említetteken kívül a filozófiai lélegzondozás által képviselt szemlélet az Európai Uniónak az „egész életen át tartó tanulást” megcélzó elképzeléséhez is jól illeszthető, egy átgondolt felnőttképzési program keretén belül.

Hogy milyen sikerrel ereszt majd gyökeret az általam vázolt megközelítés, nem tudom megjósolni, tény viszont, hogy a gondolkodás bölcseleti formájának elhanyagolása áll számos olyan elterjedőben lévő megnyilvánulás mögött, mint például a guruláztól fűtött „ezoterika” és a minden önkritikát mellőző fogyasztói magatartás, amelynek, meggyőződésem szerint legalábbis, csak a gondolkodás gondozásának hétköznapi nyelven is megfogalmazható gyakorlata képes hatékonyan ellenállni. Meggyőződésem, hogy semmilyen divatos pszichotechnika sem képes arra az egyéni és társadalmi szintű terápiára, mint amit a filozófia, a művészet és a vallás sokrétű, a hétköznapjainkat is átható valósága lehetővé tesz. Világosan látnunk kell, hogy a filozófia, a vallás és a művészet biztosítják számunkra az emberi méltóság helyreállításához végzett bármely cselekvés igazi forrását, amit végső soron minden pszicho- és szocioterápiás megközelítés kompenzálni igyekszik.

45 2008-ban kidolgoztam egy ilyen koncepciót a Pázmány Péter Katolikus Egyetem Filozófiai Intézete számára, amely jelenleg az egyetem akkreditációs eljárása alatt áll: *Filozófiai praxis szakirányú továbbképzési szak képzési és kimeneti követelményei* (kézirat).

Irodalom

- Achenbach Gerd B.: *Philosophische Praxis*. Köln, Dinter 1987
- Bianchi, Paolo: Lebenskunst: Gastarbeit zwischen Kunst und Leben. *Kunstforum International*, 1998 Bd. 142 (Oktober-Dezember), 44–49.
- Bonhoeffer, Thomas: *Ursprung und Wesen der christlichen Seelsorge*. München, Kaiser 1985
- Böhme, Gernot: *Einführung in die Philosophie. Weltweisheit – Lebensform – Wissenschaft*. Farnkfurt am Main, Shurkamp 1994
- Böhringer, Hannes: Életművészet újra a szemlén. *Műhely* 2001/5, 12–18.
- Böhringer, Hannes: *Szinte semmi: Életművészet és más művészetek*. Ford. Tillmann J. A., Budapest, Balassi Kiadó – BAE Tartóshullám 2006
- Börner, Wilhelm: *Weltliche Seelsorge: Grundlegende und kritische Betrachtungen*. Leipzig 1912
- Debrecenyi Károly István – Nemes Ödön SJ – Szarka Miklós: Lelkigondozás – lelkivezetés: *Szempontok a fogalmak tisztázásához*. *Embertárs* 2004/2, 152–155.
- Fenner, Dagmar: *Philosophie contra Psychologie: Zur Verhältnisbestimmung philosophischer Praxis und Psychotherapie*. Tübingen, Francke 2005
- Frankl Viktor Emil: *Ärztliche Seelsorge: Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse*. Frankfurt am Main, Fisher Taschenbuch 1987
- Foucault, Michel: *A szexualitás története III. Törődés önmagunkkal*. Ford. Sujtó László, Budapest, Atlantisz 2001
- Hadot, Pierre: *Philosophie als Lebensform. Antike Exerzitien der Weisheit*. Frankfurt am Main, Fischer 1991
- Hadot, Pierre: A filozófia mint életforma. Ford. Endreffy Zoltán *Műhely* 2001/5, 5–11.
- Hadot, Pierre: Megjegyzések az önkultúra fogalmához. *Pannonhalmi Szemle* 2007 (XV) 2, 95–102.
- Heidegger, Martin: Zollikoni előadások (részlet). In: Szummer Csaba – Erős Ferenc (szerk.), *Filozófusok Freudról és a pszichoanalízisről*. Budapest, Cserépfalvi 1993

- Heidegger Martin: *A fenomenológia alapp problémái*. Ford. Demkó Sándor, Budapest, Osiris/Gond-Cura Alapítvány 2001
- Kovács József: A filozófiai tanácsadás. In: Kopp Mária (szerk.): *Magyar lelkiállapot 2008: Esélyerősítés és életminőség a mai magyar társadalomban*. Budapest, Semmelweis Kiadó 2008
- Krämer Hans: *Integrative Ethik*. Frankfurt am Main, Suhrkamp 1992
- Leloup Jean-Yves (), *Bevezetés az igazi filozófusokhoz*. Ford. Nagy Zsolt Péter, Budapest, Kairosz 2006
- Odo Marquard: Philosophische Praxis. In: Ritter J. – Gründer K. (hrsg.), *Historisches Wörterbuch der Philosophie*. Bd. VII., Basel 1989
- Patočka, Jan: *Európa és az Európa utáni kor*. Prága, Kalligram 2001
- Raabe Peter B., *Philosophical Counseling: Theory and Practice*. Westport, Praeger Publishers 2001
- Ruschman Eckart: *Philosophische Beratung*. Stuttgart, Kohlhammer 1999
- Sárkány Péter: Filozófiai praxis dióhéjban. *Pro Philosophia* 2004/40. 53–62.
- Sárkány Péter: *Filozófiai lélegzõdozás. Fenomenológia – egzisztencia-analitikus logoterápia – filozófiai praxis*. Budapest, Jel 2008
- Sárkány Péter: Filozófiai praxis, tanácsadás és lélegzõdozás. In: *Embertárs* 2009/2, 111–118.
- Schmid, Wilhem: *Philosophie der Lebenskunst. Eine Grundlegung*. Frankfurt am Main, Suhrkamp 1998
- Schmid, Wilhem: Das Leben als Kunstwerk. Versuch über kunst und Lebenskunst. Ihre Geschichte von der antiken Philosophie bis zur Performance Art. *Kunstforum International*, 1998 Bd. 142 (Oktober–Dezember), 72–79.
- Schmid, Wilhem: *Auf der Suche nach einer neuen Lebenskunst. Die Frage nach dem grund und die Neubegründung der Ethik bei Foucault*. Frankfurt am Main, Suhrkamp 2000
- Tillmann J. A.: Az élet mûvészete – filozófián belül és kívül. *Mûhely* 2001/5, 3–4.
- Wolf, Ursula: *Die Philosophie und die Frage nach dem guten Leben*. Hamburg, Rowohlt 1999
- Yalom Irvin D.: *Egzisztenciális pszichoterápia*. Ford. Adorján Zsolt, Budapest, Animula 1995

Conținut

Introducere în terapia filosofică

Cuvinte cheie: *forma de viață filosofică, filosofie de viață, arta vieții, praxis filosofic, consultanță filosofică, psihoterapie filosofică, îngrijirea gândirii, practica fenomenologică*
 Scopul studiului de față este prezentarea pe scurt a conceptului de terapie filosofică. Se dorește totodată punctarea asemănarilor și diferențelor dintre diferitele puncte de vedere prezentate (filosofie de viață, arta vieții, praxis filosofic, consultanță-sfătuire). Termenul pe care-l introduce studiul, acela al terapiei filosofice, nu reflectă doar concepția autorului, ci, în sens general, poate fi perceput ca un curent filosofic care analizează, atât din perspectiva istorică, cât și din cea sistematică, relațiile dintre gândirea filosofică și filosofia de viață, arta vieții și consultanța psihoterapeutică.

Abstract

Introduction in the Philosophical Care of Soul

Keywords: *philosophical lifeform, wisdom of life, art of living, philosophical practice, philosophical counseling, philosophical care of soul, care of thought, phenomenological practice*

The aim of this study is the brief introduction of the term of philosophical care of soul. I intend to point out the unity of different viewpoints (wisdom of life, art of living, philosophical practice and counselling) from the perspective of the history of ideas, as well as the well-distinguished differences of these viewpoints, suitable for systematic discussion. My term, the philosophical care of soul is not only related to my own concept, but can also be regarded in a general sense, as a philosophical effort which analyzes the relation between philosophy and wisdom of life, philosophy and art of life, as well as philosophy and counselling, from a strictly historical and systematical point of view.

Sárkány Péter (PhD) főiskolai docens az Apor Vilmos Katolikus Főiskola (AVKF, Vác) Romológiai és Alkalmazott Társadalomtudományi Intézetében. Megbízott előadó az Eötvös Loránd Tudományegyetemen és a Moholy Nagy Művészeti Egyetemen. 2006-tól a Jel Könyvkiadó Értelmes Élet sorozatának szerkesztője. Kutatási területei: fenomenológia, a segítő hivatások filozófiai etikai és módszertani alapjai, filozófiai praxis, Viktor Frankl munkássága. 2007-ben az értelemközpontú humanisztikus pszichoterápiával kapcsolatos munkásságáért Bécs városa Viktor Frankl-díjban részesítette. Önálló kötete: *Filozófiai lélekgondozás*. Fenomenológia – egzisztenciaanalitikus logoterápia – filozófiai praxis (Jel Kiadó, Budapest 2008).

A hermeneutika terapeutikus funkciójáról

Kulcsszavak: *gyakorlati filozófia, hermeneutikai beállítódás, szubjektum, hozzátartozás, igazságtapasztalat, játék, szubjektivitás, önmegértés, önbirtoklás, nyelvi játék, szabad beszélgetés, dialógus, kommunikáció, közös nyelv, értelmezés, megértés, közösség, vég, végeesség, halálhoz viszonyuló lét, tapasztalat, szó, nyelv, hallgatás, önépítés, képzés, konszenzus, etika, lét- és értelem-történet, értelem, szabadság*

A filozófiai hermeneutikára gyakorta úgy tekintünk, mint korunk egyik divatos filozófiai irányzatára. Ez a filozófiai koncepció – amelynek kimunkálása Schleiermacher, Dilthey, Heidegger írásában elkezdődött, kifejtése pedig Gadamer, Ricoeur és követőik műveiben valósul meg – nem marad meg a tiszta elméleti filozófia síkján, hanem hangsúlyozottan *gyakorlati filozófiaként* érvényesül. Az alkalmazás hermeneutikai értelemben szervesen hozzátartozik az értelmezés és megértés folyamataihoz. Ennélfogva a hermeneutika, túllépve a filozófiai elmélet keretein, olyan szemléletmódként és beállítódásként definiálható, amely az emberi egyénnek a másik emberhez, a szövegekhez, valamint a történelmi és kulturális hagyományhoz való dialogikus viszonyán alapul. E beállítódásnak megfelelően a tudás, a szöveg, az érték, az értelem nem kész, lezárt befogadásra váró alkotás, hanem emberi léttörténeti folyamat, amely a befogadóban is továbbfolytatódik. A filozófiai hermeneutika a kortárs világ széttöredező értelemtapasztalatai és az értelemvesztés egyre nyomasztóbb kihívásai közepette az emberi élet és értelem lényegi összetartozása mellett kötelezi el magát. Alapelgondolása szerint a hermeneutikai tapasztalat folyamatában benne állva, átélve és tudatosítva a nyelvben, a kultúrában, a saját életvilágban képződő hermeneutikai szituációt, a képességei kibontakoztatása és a kínálkozó lehetőségek megvalósítása révén minden ember a kiteljesedő értelem részesévé és egyúttal az értelemalkotási folyamat résztvevőjévé, folytatójává válhat.

Mindezeknek köszönhetően a hermeneutikai beállítódás az értelemvesztéssel fenyegető élethelyzetekben *terapeutikus funkciót* is betölthet, mind az egyén, mind pedig egy adott közösség szintjén. Az egyes ember számára megnyithatja az értelemteremtésben való

részvétel járható útjait, s tudatosíthatja és kiképezheti benne az ehhez szükséges gyakorlati viszonyulás hatékony módozatait. Ezáltal az ember visszanyerheti az önmagába vetett hitét, a cselekvő, tevékeny életformából táplálkozó önbizalmát, az értelmes élet iránti elkötelezettségét. De hasonlóképpen, a filozófiai hermeneutika terapeutikus funkciót tölthet be az emberi közösségek és az állami társadalom szintjén is a hierarchikusan szerveződő totalitárius mentális és intézményi struktúrák kritikai lebontásával, az emberek közötti dialógus, kommunikáció, konszenzusképzés és együttműködés útjainak szabaddá tételével.

A mai hermeneutika tehát számos gyakorlati lehetőséget hordoz az emberi élet és a filozófiai reflexió újbóli találkozására számára; és mint ilyen, jóval túlmutat egy filozófiai divatjelenség mulandóságán.

1. A szubjektum kimozdítása

A filozófiai hermeneutika a modernitás történelmi folyamatában meghonosodott emberi létállapottal szemben megfogalmazódó kritikai reflexióként és az ezzel járó kérdésfeltevésekben rejlő kihívásokra adott filozófiai válaszreakcióként fogható fel.

Az európai modernitásra jellemző episztemológiai szemlélet azáltal, hogy a szubjektum–objektum viszonyt tételezi minden alapvető emberi viszonyulás alapstruktúrájaként, megteremt a természettudományos objektivitás jegyében megvalósuló megismerés, valamint a célracionalitás elveit érvényre juttató hatékony cselekvés feltételeit. De ezzel együtt egy áthághatatlanul bizonyuló távolságot is beiktat a szubjektum és az objektum, a gondolkodó, érző és cselekvő emberi lény, valamint mindezen megnyilvánulásainak a tárgyai közé, amely hosszú távon a szubjektumpozícióba kényszerülő embert a megoldásra váró problémák nyomasztó terhével és felelősségével szembesíti, s magáraulaltságában szorongással és reménytelenséggel tölti el. Mindez az európai életben és kultúrában állandósuló válsághelyzetet eredményez, amihez folyamatosan rossz közérzet társul. Az ember egy pontos ismereteken alapuló és hatékonyan működő, technicizált világ rideg kapcsolathálójában találja magát, amelyből éppen az összekötő-összetartó emberi

tartalom hiányzik. Ebben a világban a saját tapasztalataitól(ról) el(le)szakadó idegen objektumokként állnak az emberrel szemben az öncélú teóriákba szerveződő ismerethalmazok, az egyre önállóbb életet élő technika, a kultúráként aposztrofált hagyomány korpuszai, a tankönyvekből tanult s mindig egy másik világ (egy *volt* világ) képét hordozó történelem. Az élő ember mindezekkel egy egyre fokozottabban individualizálódó, atomizálódó és szingularizálódó lényként, egy absztrakt és időtlen szubjektum „földi másaként” találkozik. E tárgyi világhoz fűződő viszonyaihoz még egy másik alaptapasztalat is társul: az, hogy a másik ember is hasonlóképpen objektumként – megismerésének, érzelmeinek, akaratának, cselekvésének, egyáltalán emberi szükségleteinek és kapcsolatainak a tárgyaként –, az elidegenült tárgyi világ megtestesüléseként, megzemélyesüléseként áll vele szemben.

A filozófiai hermeneutika – amint erre többek között G. Vattimo is rámutat – kimozdítja helyéből a metafizikai szubjektumot; az ént „szubjektumtalanítja” s világba „vetett”-ként az interszubjektivitás feltételei közé helyezi.¹ Ez a folyamat közvetlenül a hermeneutikának az *igazsággal* kapcsolatban kimunkált álláspontja esetében követhető nyomon.

1.1. Az igazság mint tapasztalat. A hermeneutika számára az igazság nem egy külső világ visszatükrözése, hanem az emberi élet-tapasztalathoz való *hozzátartozás*. Ha csupán arra törekedne, hogy a létkonstitúciók adekvát leírásává váljon, a hermeneutika sem lenne több, mint egy banális metafizikai elmélet. Ezzel szemben – hangsúlyozza Vattimo – a filozófiai hermeneutika éppen abból az előfeltevésből születik, hogy nincs olyan igazság, amely a lét stabil struktúráit kijelentésekben maradéktalanul visszatükrözné, mivel az igazság csakis a sokféle tapasztalati horizont és kulturális univerzum találkozási pontjaiban formálódik, s olyan *igazságtapasztalat*ként következik be, amely a tapasztalati történés belső artikulációjaként és interpretációjaként szerveződik. Az igazságtapasztalat nem úgy képződik, hogy a megismerés tárgya visszatükröződik a

1 Vö. Vattimo, Gianni: *Éthique de l'interprétation*. Éditions La Découverte, Paris, 1991, 171.

megismerés szubjektuma által, hanem egy olyan nyelvi és kulturális tradíció artikulációjaként, amely az emberi élethez mindenkor hozzátartozik, s amely mindig újszerű és változatos üzenettartalmakat kínál az újabb és újabb beszélők számára.² Mindez abban is jól tetten érhető – egy másik értelmező, R. Neculau észrevétele szerint –, hogy H.-G. Gadamer nem dolgoz ki egy explicit igazságelméletet, hanem az igazsággal kapcsolatos álláspontja a tudományok módszeres igazságkoncepciójának mintegy kontasztjaként, negatívjaként jelenítődik meg.³ Az igazságproblémához való ilyenyszerű hermeneutikai hozzáállást már M. Heidegger fundamentálistológiai igazságkoncepciója megelőlegezi, miszerint az igazság „felfedő lét”, „felfedés”.⁴ A felfedés Heidegger álláspontja szerint „a világban-benne-lét egyik létmódja”, melynek során a körültekintő gondoskodás „világon belüli létezőt fed fel”.⁵ Ez megvilágítja az igazságnak egy *második* értelmét is, miszerint az igazság „felfedett-létet (felfedettséget)” jelent.⁶ Az igazság e két értelmét a jelenvalólét *feltárultságára* vonatkoztatva Heidegger „a jelenvalólét »az igazságban van«” „ontológiai értelmű” kijelentésben foglalja össze.⁷

2 Vö. uo. 173.

3 Neculau, Radu: *Filosofii terapeutice ale modernității târzii*. Hermeneutică, teorie critică, pragmatism. Polirom, Iași, 2001, 211.

4 Heidegger, Martin: *Lét és idő*. Gondolat, Budapest, 1989. 385. „Hogy a kijelentés *igaz*, ez annyit jelent: felfedi a létet önmagában” – mondja Heidegger. „A kijelentés *igazlétét (igazságát)* mint *felfedő-létet* kell megértenünk. Az igazság struktúrája tehát egyáltalán nem a megismerés és a tárgy közötti megegyezés abban az értelemben, hogy egy létező (szubjektum) egy másikhoz (objektum) hasonulna.” – Uo.

5 Uo. 387.

6 Uo. 388.

7 Uo. Heidegger az ontológiai értelmű igazságkoncepciót, amely szerint az igazság nem a kijelentés módusza, hanem a jelenvalólét *létmódja*, annak a két tételnek az összekapcsolásából vezet le, miszerint „a világon belüli létező felfedettsége a világ feltárultságán *alapul*”, melyet a diszpozíció, a megértés és a beszéd konstituál, s a feltárultság „a jelenvalólét alpmódja”. „Amennyiben a jelenvalólét lénygszerűen nem más, mint a *maga* feltárultsága, amennyiben feltárultként feltár és felfed, annyiban lénygszerűen *»igaz*.” – Uo.

Gadamer filozófiai hermeneutikája átveszi és továbbfejleszti a feltárulásként elgondolt igazság koncepcióját. De a heideggeri fel-fogástól eltérően itt az igazság a *hermeneutikai tapasztalatban* tárul fel, amely az értelmező és az értelmezett ítéletek-előítéletek kölcsönhatásán, egymásba játszásán alapul. Az igazság feltárulása megértésként valósul meg. A megértés folyamán az igazság dialogikus megalapozottságot, pontosabban dialógusban való megalapozottságot nyer, mivel a megértés végrehajtása mindenkor beszélgetésben levést feltételez, olyan értelmező dialógust, amelyben megtörténhet a beszélgetésbe bevont különböző tapasztalati horizontok egybeolvadása, az érvényességigények legitimációja. Csakis ennek során válnak megérthetővé mindazok a kulturális és történelmi tapasztalatok, amelyek feltárulásaként az igazság újabb és újabb formájában válik számunkra birtokba vehetővé.⁸

Gadamer a hermeneutikai koncepciójában az igazság tapasztalat mivoltát állítja középpontba. A hermeneutikai értelemben vett igazság lényege szerint nem más, mint *igazságtapasztalat*. Ebben a vonatkozásban a megértés nem valamiféle „virtuóz technika” alkalmazása, hanem az igazság érvényre juttatása. Az, ami ennek során igazságként érvényesül, „az igazi tapasztalat, azaz találkozás valamivel”.⁹ A gadameri igazságkonceptió egyes értelmezői ráirányítják a figyelmet a hermeneutikai igazság átalakító hatására, formatív-építő jellegére s a benne rejlő terapeutikus lehetőségekre.¹⁰ Ugyanis a sajátos életproblémák az egyes ember életében nem elvont metafizikai kérdésekként merülnek fel, hanem megélt tapasztalatként, amelyben az értelmező reflexió együtt halad magával a tapasztalási folyamattal, amely ily módon nem tagolódik a szubjektum–objektum, elvont–konkrét, elmélet–gyakorlat viszonyok által behatárolható összetevőkre. Ennélfogva egy konkrét élethelyzetben az igazsághoz való hermeneutikai viszonyunk nem annyira megismerő, mint inkább képzés-jelleget ölt, s ez önmagunk építését segítheti elő. Maga Gadamer ezt számos megállapítással támasztja alá. „A

8 Vö. Neculau, R.: i. m. 215.

9 Gadamer, Hans-Georg: *Igazság és módszer. Egy filozófiai hermeneutika vázlatja*. Gondolat Kiadó, Budapest, 1984, 338.

10 Vö. Neculau, R.: i. m. 210.

hermeneutikai tudat tökéletessége – mutat rá Gadamer – nem a módszertani magabiztosságban áll, hanem a tapasztalásra való készségben, amely a tapasztalt embert a dogmatikusan elfogulttól megkülönbözteti.¹¹ Az igazság tehát a tapasztalásban részt vevő ember részéről nyitottságot és a tapasztalásra való készséget, alkalmasságot feltételez. Az igazságban való részesülés éppen ebben az alkalmassá válásban valósul meg. Az igazság az én tapasztalatom, amit nem annyira megszerzek az általam birtokolt eszközök segítségével, hanem olyasmi, ami velem történik meg, mivel állandó tapasztalati hatáskapcsolatban állok vele. Azáltal alakít engem, hogy a másik másságát is érvényre juttatja a képességeimmel szemben, s e különbözőségeket egy átfogó, közös tapasztalati horizontban találkoztatva egymást kölcsönösen formáló hatásösszefüggésekké vonja be.

1.2. Az igazság mint történés. A filozófiai hermeneutika az igazság problémáját a *játék* fogalmával is kapcsolatba hozza, ami nemcsak a korábbi szubjektumközpontúság maradéktalan meghaladását eredményezi, hanem az igazság elengedhetetlen kivonását is a tiszta megismerés köréből. Az igazság nem olyasmi, ami egy transzcendentális szubjektum vonatkozási rendszerében képződik, hanem ő voltaképpen az egész tapasztalati mozgás, mint „játékmozgás” megalapozó és fenntartó *szubjektuma*. „A játék az, ami játszik – mondja Gadamer a játék lényegéről –, miközben a játékosokat bevonja magába, s így maga a játék válik a játékmozgás voltaképpeni szubjektumává.”¹² Ebből a perspektívából nézve a tudományos módszerek használata „még nem szavatolja az igazságot”. Ugyanis a megismerésünkben „a megismerő saját léte is beszáll a játékba”, ami valójában a „módszer” határát jelenti,¹³ azt a határt, melyet meghaladva a megismerés is az életünk egészét átfogó tapasztalati hatásösszefüggés történelmi mozgásának egyik összetevőjévé válik. Ebben a kiterjesztésben az igazság hermeneutikai problémája már szétfeszíti a feltárás-feltárlás fogalomkörét s a hozzá tartozó

11 Gadamer, H.-G.: i. m. 253.

12 Uo. 338.

13 Uo. 339.

értelmezési keretet, és a tapasztalati történebe szövődő *igazságtörténe*s történelmi meghatározottsága és tartalma kerül előtérbe. A megértés folyamatában „egy igazságtörténebe vagyunk bevonva” – mondja Gadamer.¹⁴ A módszer határának a meghaladása azonban nem jelenti egyszersmind az értelem és az értelmesség köréből való kilépést. A tapasztalati történe éppen azért igazságtörténe, hogy a megértésben való részesülésként és részvételként éljük meg: új, más tapasztalatokra téve szert, mindig bevonva és tovább haladva a tapasztalás folyamatában az értelemről részesülünk, miközben mi magunk is részt veszünk az értelem megalkotásában. A megértés lényege szerint *értelmtörténe*, amely ott, ahol végbemegy, mindenkor az *értelmet* juttatja érvényre.¹⁵ Az értelmetlenség és az értelemnélküliség is úgy tartozik a világunkhoz, hogy a megértés folyamatában kerülünk vele kapcsolatba, s ez a kapcsolat is mint értelemkapcsolat, a tapasztalatunkat átfogó értelemösszefüggés része; és mint ilyen, feltárható és megérthető.¹⁶ Az igazságtörténe ebben a legtágabb összefüggésben úgy gondolható el, mint a tapasztalati történe egészét átfogó lét- és értelem-történe alapja és tartalma. A filozófiai hermeneutikának ez a belátása visszaigazololja, s egyúttal hermeneutikailag is termékennyé teszi az ide vágó heideggeri alap gondolatot: „a jelenvalólét »az igazságban van«”.¹⁷

A filozófiai hermeneutikának az igazsággal szembeni effajta beállítódása nem vonja maga után a racionalitás valamiféle korlátozását. Lényeges módosulás inkább abban a tekintetben történik, hogy a hermeneutika a transzcendentális szubjektumon alapuló időtlen

14 Uo.

15 „Aki megért – írja Gadamer –, az már eleve be van vonva egy történebe, melynek révén valami értelmes érvényesül.” – Uo.

16 Amennyiben az értelmetlenséget olyasmiként definiálhatjuk, amiben nincs semmi olyan, ami megérthető, s az értelemnélküliséget úgy, mint amiben az értelem mint hiányzó van jelen, ez még korántsem nyújt elégséges alapot a megértés reménytelenségéhez, s egyáltalán nem mentesít a megértéssel járó erőfeszítéstől. Hiszen az értelmetlenséggel és az értelemnélküliséggel való *kapcsolatunk tapasztalata* megértésre vár, s ami ebben történhet, az olyasmi, ami nemcsak minket, de az értelmetlenséget és az értelemnélküliséget sem hagyja érintetlenül.

17 Heidegger, M.: i. m. 388.

racionalitás nézőpontját az emberi lét történelmileg meghatározott, immanens racionalitásával váltja fel.¹⁸ A racionalitás formáinak a modernitásban megalapozott univerzalitása továbbra is érvényes marad. De hermeneutikailag tekintve ez már nem csupán az ismereteink igazságértékét szavatoló abszolút érvényű megalapozás követelményéből adódik, hanem az értelmező-megértő beállítódásnak a tapasztalás minden területére kiterjedő, átfogó jellegéből. Csakis ily módon beszélhetünk az észnek az emberi lét minden megnyilvánulását átható jelenlétéről, alapvető értelmességéről, annak a kockázata nélkül, hogy a racionalitást az igaz, megalapozott megismerés valamiféle származékos, specifikus érvényesítési eljárásoktól függővé tett termékévé fokoznánk le. A hermeneutikai beállítódást felvállalva racionálisak lehetünk úgy is, hogy nem támaszkodunk kizárólagosan a tudományos objektivitásra, s anélkül is kellőképpen megalapozhatjuk a vélekedéseinket, meggyőződéseinket, hogy kizárólag a módszertani szigor előírásaihoz ragaszkodnánk.¹⁹

Számos értelmező egybehangzó véleménye szerint a filozófiai hermeneutika az elvont és időtlen szubjektum helyébe az emberi létnek egy olyan, történelmileg meghatározott állapotát helyezi, amely az önmagunkra és a másokra irányuló gondoskodáson alapul.²⁰ Ez annak a belátásnak köszönhető, miszerint az igazságtörténelemben való részvétel, az új, más tapasztalatokhoz való hozzáállás *nyitottságot* feltételez részünkről. Az igazságban megalapozott emberi lét *lényegileg* nyitott az új tapasztalatok befogadására, a tapasztalás mindenkor továbbhaladó mozgására. Ebben a megközelítésben a torz ismeret már nem tűnik kijavíthatatlannak, s az egyszerű elkövetett hiba nem válik végzetessé; minden emberi adottságunk javíthatónak, tökéletesíthetőnek bizonyul. Az új tapasztalatok iránti nyitottságunk nemcsak a másfajta véleményekkel és hitekkel való szembesülést teszi lehetővé, hanem az ahhoz szükséges képességünknek a kifejlesztését és folyamatos javítását is, hogy megbízható módon különbséget tudjunk tenni aközött, ami igazolt, érvényes, és aközött, ami nem az. Ez a fajta hozzáállás elősegíti a folyamatos

18 Vö. Neculau, R.: i. m. 215.

19 Vö. uo. 236.

20 Vö. uo. 124.

korrekciókat és önkorrekciókat, s ezáltal nemcsak az önbizalmunkat erősíti, hanem az egymás iránti bizalmat is táplálja.²¹

2. A játékba hozás tapasztalata

G. Vattimo találó megállapítása szerint a hermeneutika a múlt század nyolcvanas éveiben a filozófia és általában a kultúra *koinéj*a.²² Erre a kitüntetett szerepre a hermeneutika egy szemléletbeli és módszertani váltás következtében tesz szert, melynek során a *strukturalista koinét* a *hermeneutikai koiné* váltja fel.²³ E szemléletváltás lényege így foglalható össze: addig, amíg a strukturalista szemléletmód arra irányul, hogy egy jelek által artikulált rendet nyilvánvalóvá tegyen egy megfigyelő tudat számára, a hermeneutikai szemléletmód az igazság eseményjellegét hangsúlyozza, amely két beszélgető közötti dialógusban zajlik; a dialógus „játékba hozza” az igazságot úgy, hogy közben a megfigyelőt és a megfigyeltet egy közös horizontba vonja be, amely a beszélgetés játékában folyamatosan átalakul.²⁴

Ebben a prezentációban a „játékba hozás” gondolata a figyelemre méltó, azzal kiegészülve, hogy maga a játék az, ami játékba hozza a benne formálódó tartalmakat. Ez az a fordulópont, amelyen a leginkább tetten érhető a modernitás szemléletmódjának szubjektumcentrizmusával való szakítás, a külső mozgató, illetve egy mindent meghatározó energetikai középpont elvének a meghaladása. A filozófiai hermeneutika az „alanynak” a megértés dialogikus játékához és az igazságeseeményhez, pontosabban az igazságtörténéshez való *hozzátartozását* tételezi. A játék tényleges valója a játszás, a játékban levés, mint egy olyan végső meghatározottság, egy olyan alapállapot, amely nem haladható meg, s amelyhez az alany úgy tartozik hozzá, hogy ez hordozza az alannyá válásának feltételeit, s ebből sajátíthatja el azokat. A játék – a folyamat, a történő történés – mindenkor elsődleges mind a játékosokhoz, mind pedig a benne

21 Vö. Warnke, Georgia: *Gadamer. Herméneutique, tradition et raison*. Édition Universitaires, De Boeck Université, Bruxelles, 1991, 213.

22 Vö. Vattimo, G.: i. m. 45.

23 Vö. uo. 49.

24 Vö. uo. 50–51.

strukturálódó, artikulálódó tartalmakhoz képest. A játékosokat is a játék játssza.²⁵ Ebből a szemléleti fordulatból érthető meg nyilvánvalóan az is, hogy a tapasztalati történésként felfogott igazság soha nem lehet olyan „tisza”, azaz világos és elkülönített, mint az episztemológiailag tételezett igazság. A történelmileg meghatározott tudat mint játékba hozott, mint történésemben levő, soha nem lehet teljesen áttetsző, s még önmaga számára sem lehet annyira belátható, hogy minden tekintetben maradéktalanul számot is tudjon vetni önmagával és a helyzetével. Az új tapasztalatokra nyíló horizontban a mindig továbbhaladó történésmozgása folytán az igazság némely területe szükségképpen homályban marad.

A megértés hermeneutikai folyamatának játékszerűségére Gadamer ismételten visszatér, jelezve, hogy az ebben zajló értelem-történésmozgás, bármely lényegi irányból is közelítünk hozzá, a *játék tapasztalata* felől világítható meg a leginkább. A következőkben hadd vegyünk számba néhány ilyen megközelítési módot.

2.1. A szubjektivitás kérdése. Elsőként itt van mindjárt a *szubjektivitás*nak – a szubjektumprobléma által is felkínált – kérdése. Olykor hajlamosak vagyunk a játékszituációt a szubjektivitás érvényesülési körének tekinteni, s ezen a címen igyekszünk kivonni magunkat belőle, valami objektívabb, megalapozottabb léthelyzet után nézve. Ezzel szemben Gadamer rámutat arra, hogy a játék lényege nem az emberi szubjektivitás játékos megnyilvánulásából fakad, hanem fordítva, a játék az, amely a játékos szubjektivitását is magába vonja.²⁶ A játék igazi tapasztalata abban áll, hogy itt az emberi szubjektivitás olyasmire terjed ki, ami a maga egészében saját törvényszerűségeinek rendelődik alá. Egy játéktérben ide-oda mozgásként zajló játék esetében az egyik irányba történő elmozdulásnak megfelel a másik irányba kilengő mozgás. Úgy tűnik, hogy a játékos tudatát a játék ide-oda mozgásában kifejlő könnyedség és szabadság határozza meg, s olyanfajta szubjektív benyomás képződik, mintha magától történné ott minden, az egyik végpontjából

25 Vö. uo. 51.

26 Vö. Gadamer, Hans-Georg: Despre problematica autoînțelegerii. O contribuție hermeneutică la problema „demitologizării”. In: *Adevăr și metodă*. Vol. 2. Teora, București, 2001. 456.

a másikba minduntalan átbillenő, kiegyenlíthetetlenül maradó egyensúlyként, amelyben a kevés felfoghatatlan módon sokká válik és fordítva. Ebből kifolyólag az egyén – mutat rá Gadamer – a teljesítményének a versenyhelyzetben bekövetkező növekedését is úgy éli meg és úgy fogja fel, mint olyan erőfeszítés eredményét, amelynek felfokozottságát éppen a játék könnyedsége hatja át és teszi elviselhetővé, a játéké, amelyben neki sajátos szerepe van. Ily módon a játék lényege a játékos tudatában némileg homályban marad. Az egyén szubjektív benyomásai tükrében elhomályosul, hogy az, ami a játék folyamatában ténylegesen játékba jön, már nem tőle függ, hanem sokkal inkább a játék által meghatározott. A játékos szubjektivitással részt vevő egyén számára a játék *adaptációs* szerepet tölt be. Miközben játékba hozza magát, valójában a játékhoz alkalmazkodik észrevétlenül, s alávétve magát a szabályainak lemond a saját akaraterejére alapozott autonómiájáról.²⁷

Itt nem hallgathatjuk el, hogy a „játék” kifejezésnek egy *pejoratív* értelme is van: a komolyság ellentétének, a nem-teljesen-komolyanvadás állapotának tekintik. Ebbe belejátszik a modernitásban meghonosodott beidegződés, amely szerint a tiszta racionalitásnak megfelelő tudatállapotot a *komolysággal* azonosítják, s mindazt, ami ezt valamelyest elhomályosítja – mint amilyen a játék is –, a komolytalanság, súlyosabb esetben az irracionalitás körébe utalják. Továbbá a komolyságot a racionális tudatállapotot birtokló felnőttnek tulajdonítják, s ebből kifolyólag a játékot a felnőtt komolysággal szembenálló gyermekinek, gyermekesnek tekintik, s ténylegesen is a gyermeknek tulajdonítják. Amennyiben a felnőtt alkalomadtán átengedi magát a játéknak, úgy tekintik, hogy ilyenkor a gyermeki könnyedség és szabadság világába tér vissza, de csakis alkalmilag, némileg enyhítve ezáltal a ránehezülő komolyság terhén. De ennek felelőssége csakhamar visszaszólítja a maga komoly, azaz játékmentes világába. Ily módon a játék az emberi lét peremvidékére szorul, mintha az autentikus emberi létállapotot magukénak valló komoly felnőttek világában ténylegesen nem volna helye, illetve keresnivalója. Hogyha mégis helyet kerítenek ott neki, akkor ez az arra való utalásból fakad, hogy a játék könnyed-

27 Vö. uo.

sége nemcsak felülemel a (lét)alapon, hanem el is szakíthat tőle, főleg olyankor, amikor tudatos szándékossággal állítják elő. Így a játék egy másik világba emel, a valóság világ (vélt) szilárdságához képest egy képlékeny, mozgékony, változékony *látzatvilágot* teremt. Ilyenkor a játékot már nem a valós világhoz tartozóként élük meg, hanem a valóság *helyett* játsszák, a valósággal *szemben*, s a valóságot mintegy *kijátsszák* a játékkal szemben, de eközben – mivel a játék kerül a valóság helyébe – magát a játékot is kijátsszák önmagával szemben.²⁸

Ami az egyik oldalon veszteségnek tűnik, az autonóm szubjektumpozíció elvesztésének, a másik oldalon valójában olyan nyereségként tűnik fel, amely nélkül éppen a játék által veszélyeztetettnek vélt felnőtt személyi autonómia sem lenne lehetséges: a filozófiai hermeneutika a játékot az emberi világgal szervesen összetartozóként, az autentikus emberi létállapot megélésének közegeként *rehabilitálja* számunkra. Ebben a kontextusban válik ténylegesen éthetővé, hogy Gadamer miért hívja fel ismételten a figyelmet arra, hogy a játékot nem a szembenálló felek szubjektív viselkedése alkotja, hanem magának a mozgásnak a megformálódása, amely egy öntudatlan teleológia jegyében az egyének viselkedését is alárendeli magának.²⁹ Itt nem a játékosok kölcsönös, szimultán viselkedése a mérvadó, hanem a mozgás egészének az egységes konfigurációja az a meghatározó tényező, ami az egyének dinamikus viselkedését is uniformizálja. Az elméleti általánosítás szintjén ez azt jelenti, hogy a játékosok együttesen egy *magasabbrendű meghatározottság* alá esnek, és ez az, ami ténylegesen meghatározza a játékosként való viselkedésüket és az erre irányuló önmegértésüket.³⁰ Ez a magasabbrendű meghatározottság nem más, mint a *játék maga*. Ez azt jelenti, hogy a játék a játékosok szubjektív indíttatásaival és individuális viselke-

28 Nem minden kultúrában, nem bármely emberi létállapotban különül el ennyire mereven a játék és a racionalitás világa. Ezzel kapcsolatban Gadamer Huizingának néhány idevágó észrevételére hivatkozik: aki játszik, az elkülöníthetetlenül egyensúlyállapotában leledzik a hit és a hitetlenség között; a vadember nem ismer semmiféle megkülönböztetést lét és játék között. – Vö. uo. 457.

29 Vö. uo. 456.

30 Vö. uo.

désével – egyéni játékaival – szemben egy *átfogóan megalapozó objektív meghatározottságot* képvisel. De ez nem jelent egyszersmind a játéksituáció és annak résztvevőin való felülemelkedést. A játékosok mintegy benne találják magukat a játékban, s általa meghatározottakként válnak igazán játékosokká, miközben a játék mégsem emelkedik felül a játékosok játéka által behatárolt játéksituáción, mivel a játéknak nincs egy, a játékosok játékától különálló létmódja is. A játék mint átfogó és meghatározó alap, mintegy önmagát *visszavontan*, de egy pillanatig sem elfedetten van jelen a játékosok játékában.

2.2. Az önmegértés játéka. A játéknak ez az alapvonása abban a tapasztalatban követhető jól nyomon, ami hozzánk igencsak közelinek tűnik: az *önmegértés* játékában.

Az önmegértés folyamatában közvetlenül is feltárul a megértés és a megértett közötti viszony elsődlegessége a megértés tényezőihez képest, olyanként, mint aminek az alapja nem az egyikben vagy a másikban van, hanem a kettőt az egymáshoz tartozás egységében tartó dinamikus folyamatban. Gadamer rámutat arra, hogy itt a tudat központi (szubjektum)szerepének a megszűntével az önmagaság központi szerepe is kiiktatódik. Ily módon, miközben az önmegértés a *játék* mozgásához hasonlóan zajlik, egy olyan *önmagaság-hiány* (*Selbstlosigkeit*) (szubjektumhiány) lép fel benne, amely a modernítésra jellemző túltengő szubjektumcentrikusság nézőpontjából tekintve torzítóan és elidegenítőleg hathat.³¹ Valójában azonban itt nem az önmagaság-nélküliség értelmében vett valós hiányról van szó, nem arról, hogy az emberben az önmegértés játéka identitásvesztést eredményez. Ténylegesen az önmagaságunk tapasztalati történéseiről van szó, amelynek szerves részét képezi az önmagam *visszatartásának*, *visszavontságának* az a szükségképpen mozzanata is, amely révén számomra feltárulhatnak és hiteles valójukban mutatkozhatnak meg mindazok a dolgok és mások, amelyekkel/akkal az egymáshoz tartozásunkat átfogó és megalapozó tapasztalati világban kapcsolatban állunk.

E tekintetben annak a fontossága is megmutatkozik, ahogyan Gadamer az önmegértés vonatkozásában a heideggeri jelenvalólét

31 Vö. uo. 454.

történetiségének kettős, belsőleg ellentmondásosnak tűnő természetére ráirányítja a figyelmet: a lehetőségeire való kivetülést (*Entwurf*) (a lehetőségeiben való felvázolást) korlátozza az ezzel együtt járó másik egzisztenciális meghatározottság, a belevettség (*Geworfenheit*) faktikus állapota.³² E kettős meghatározottságban, amelyet Heidegger „belevetett kivetülésként”³³ jellemez, azzal együtt, hogy feltárulnak a szuverén önbirtoklás határai – „a jelenvaló lét már mindenkor az enyém”, s mint ilyen „egy meghatározott világban van, és e meghatározott világon belüli létezők meghatározott köréhez van kötve” –, az önmegértés számára olyan pozitív lehetőségek is megnyílnak, amelyek ugyancsak a sajátjaink: annak a megértése, hogy mindez a jelenvaló lét „legsajátabb lenni tudásához” tartozik.³⁴ Ily módon a jelenvaló lét megértheti magát „a világból” és „másokból”, valamint „a maga legsajátabb lenni tudásából”, ami azt jelenti, hogy a jelenvaló lét tisztán önmagára irányuló önmegértése sem lehet más, mint a világból és másokból való megértés, vagyis mindabból való megértés, ami a világban-benne-létéhez mint lenni tudásához hozzátartozik.³⁵ Az így felfogott megértés – amint ezt Gadamer hangsúlyozza – már nem a tudat objektíváló mozgásaként valósul meg. A létmegértés ugyanis nem a létnek mint *valaminek* a megértéseként történik, hanem általa egy egészen más dimenzió nyílik meg: a megértésben levés, a létmódként megélt megértés dimenziója, amellyel már maga Heidegger megtesz egy első lépést az általa kritikailag kimutatott *létfelejtés* megszüntetése irányába.³⁶

Az önmegértés *belevetett kivetülésként* zajló *játéka* átfogja és egymással való összetartozás egységében tartja mindazokat a tényezőket, amelyek között a játék ide-oda mozgása folyamatos történés-ként végbemegy: a jelenvaló lét önmagaságát, a világot, benne a jelenvaló lét számára kézhez álló és kéznél levő dolgokat, valamint másokat, akikkel együttes-jelenvalólétként él a világban,

32 Vö. uo. 453.

33 Heidegger, M.: i. m. 391.

34 Uo. 389.

35 Uo.

36 Vö. Gadamer, H.-G.: i. m. 454.

illetve a mindezekből nyíló létlehetőségeit, melyekben saját lenni tudása mindenkor felvázolódik. Az önmegértés játéka a létfelejtés lehangoló tudatával szemben *önbizalom-gerjesztő* pozitív folyamat. A létproblémákhoz való megértő odafordulásban, cselekvő hozzáállásban a lét már mint mindig is jelen lévő és hozzánk tartozó tételeződik. Az önmegértés játéka a megértés módján való létezés átfogó horizontját nyitja meg és hordozza, amelyben a világban-benne-lét már nem annyira a pusztá belevetettséget lehetőségeket korlátozó állapotoként, hanem az emberi lenni tudásunk tényleges és hiteles módozataként tárul fel, amelyben a létmegértés és az önmegértés végrehajtásaiként végbemenő értelmezési folyamatok nem pusztán külsődleges tudati reflexiókként, hanem tényleges léteremtő folyamatokként valósulnak meg.

Az önmegértés játéka még egy másik problémával, az *önbirtoklás* kérdésével is összefügg. Gadamer megállapítja, hogy a modernitás metodológiai koncepciójára alapozó megismerés az egyetemesség-igény semmilyen korlátozását nem engedi meg. Ennek az igénynek a jegyében viszont az önmegértés önbirtoklásként valósul meg, mivel minden olyasmit kizár, ami az embert önmagától elválaszthatná, ami révén az ember elveszíthetné önmagát.³⁷ De éppen az önbirtoklás viszonya alapján termelődnek ki az önelvesztéssel és az önelidegenedéssel kapcsolatos élményeink. Elveszítni csak azt lehet, amit birtokolunk. Ha a magunkhoz való viszonyunk birtokviszony jelleget ölt, akkor minden olyan élményt, amely önmagam tapasztalatába úgy szövődik bele, hogy valamiképpen eltávolít magamtól, önmagam irányában elbizonytalanító hatásúként, bizonyos fokú *önelvesztésként* élek meg. Ezzel kapcsolatban is megmutatkozik az önmegértés számára a játék fontossága. A játékba bevontan az extatikus önfeledtséget nem negativitásként, az önbirtoklás elvesztésekként élhetjük meg, hanem pozitív értelemben, az öntapasztalatunk játékának felemelő hatásaként, könnyedségekként és szabadságaként.³⁸

Az önbirtoklás lényegében ellentmondásos viszony. Úgy tünteti fel a saját magunkkal való kapcsolatunkat, mintha magunkat –

37 Vö. uo. 457.

38 Vö. uo.

önmagunkról leválasztva és eltávolítva – tárgyi-dologi formában birtokolhatnánk. Hermeneutikai megközelítésben viszont az önmagamhoz való viszony sohasem tárgyi vagy tárgyiasító jellegű, hanem lényegében hozzátartozás. Ez a nézőpont a másik oldaláról is megvilágítja ezt a viszonyt: afelől, hogy az önmegértésem nem is valamiféle szubjektív, közvetítés nélküli tiszta önmagamba zárulás.

A filozófiai hermeneutika nézőpontjából tekintve tehát minden önmegértés végső fokon *megértés*, de nem egy előzetesen fennálló vagy utóbb elért önbirtoklás vonatkozásában. Ezt annak a belátása is alátámasztja, hogy az önmegértést a játékban levéssel járó könnyed emelkedettség dacára mégsem úgy éljük meg, mint valamiféle, a kötetlenség értelmében vett szabad önmegvalósítást, hanem inkább valamilyen tényállás vagy tett megértéseként, ezzel összetartozóként. Ez azt jelenti, hogy önmagam megértése mindig a annak a „dolognak” a megértése révén adódik, amelyhez közöm van, amivel dolgom van; a hozzá fűződő reális viszonyomban való megértése magamnak. Az önmegértés tehát nem valamiféle absztrakt, a dolgoktól és másoktól elvonatkoztatható, fölébük emelkedő vagy szigorúan magamba záruló viszony. Sohasem úgy vagyok magammal együtt, hogy ne az ahhoz fűződő viszonyomban lennék önmagamnál, amivel dolgom van. Ahhoz, hogy az ember érteni kezdje, hogy mi történik vele és körülötte, nemcsak hogy át kell engednie magát a körülmények játéknak (amely folyamatosan és megszüntethetetlenül zajlik), de e játék résztvevőjeként neki magának is hozzá kell látnia a saját dolga elvégzéséhez, az ehhez szükséges feltételek megteremtéséhez, mivel e tevékeny részvétellel és annak körülményeivel összetartozóként, ezek megértő érvényesítőjeként értheti meg magát is ténylegesen. Az önelvesztés negatív élménye leginkább azt az embert kerítheti hatalmába, aki mintegy mesterségesen kiszigeteli magát a cselekvő megnyilvánulásaiból, s a cselekvésképtelenség (maga)tehetetlen állapotában úgymond „nem érti” kellőképpen önmagát. A passzív, kívül helyezkedő szemlélődés az önmegértés tekintetében többnyire csalóka látszatot teremt. Mivel mesterséges absztrakció – amely olyan körülményektől vonatkoztat el erőszakkal, amelyek ténylegesen hozzánk tartoznak –,

lényegében olyasmi, ami éppen *önmagunktól* vonatkoztat el, s így nyilván nem is vezethet teljes értékű önmegértéshez.

A fenti tétel tehát meg is fordítható: minden megértés lényegében önmegértés; csakis a megértés módján létezve lehetünk igazán önmagunk.

3. Nyelvi játékaink

Valahányszor szóba elegyedünk, beszélgetünk egymással: *játszunk*. Ez nem pejoratíve értendő. A modernitásban kitermelődött racionalitás szellemisége a játékot a gyermeki spontaneitás, önfeledtség világába utalja, azt a benyomást keltve, mintha a felnőtté válással „kinőnénk” a játék világából. Holott felnőttként is, és életünk folyamán mindvégig, önkéntelenül és észrevétlenül játszunk, valahányszor megszólalunk. A nyelviség létünknek egy olyan dimenziója, amely sohasem engedi magát teljes mértékben racionalizálni. A *nyelvi játék* mindig túllendül a racionalizáltóság szűkebb körén, s megnyitja és folyamatos nyitottságban is tartja a szabadon teremtőalkotó életmegnyilvánulások körét és a belőlük fakadó létteljesség horizontját, azt, amit a végsőig racionalizált – és beszélgetés nélkülivé silányuló – életünkből általában hiányolunk. A hétköznapi látszatokkal ellentétben a játék tehát nem esik olyan messze tőlünk.

3.1. A szabad beszélgetés. A játék folyamatos jelenléte az életünkben a nyelvi megnyilvánulásainkban érhető tetten a leginkább. Valójában itt nem arról van szó, hogy mi játszunk, hanem arról, hogy a *szabad beszélgetés* lényege szerint már mindig is játék. Gadamer megállapítása szerint a szó és a dialógus kétségkívül *játék-vonatkozást* tartalmaznak.³⁹ Abban, ahogyan megkísérelünk kiejteni egy szót, vagy éppenséggel visszatartjuk magunkban, ahogyan kiprovokáljuk, hogy a másik megszólaljon, s a kérdésünkre választ kapjunk tőle, ahogyan válaszokat adunk önmagunknak a bennünk feltoluló kérdésekre, ahogyan minden egyes szó „játékba jön” egy meghatározott kontextusban, amelyben érthetővé válik, mindebben a megértés és a játék közös struktúrája mutatkozik meg. A

39 Vö. uo.

tapasztalatunk folyamatai nyelvi játékokban strukturálódnak és artikulódnak számunkra.

De vajon ez azt jelenti azt, hogy amikor beszélgetünk, *csak* játszunk, s nem fejezzük ki „komolyan” a szándékunkat? Gadamer rámutat arra, hogy itt korántsem a kifejezés komolysága forog kockán. Nemcsak arról van szó, hogy az általunk talált/használt szavak éppen hogy a saját szándékunkat ragadják meg, hanem arról is, hogy egy olyan viszonyrendszerbe helyezik azt, amely túlmutat a szándékunk pillanatnyi jellegén.⁴⁰ Az élő nyelvnek, azaz a nyelv életének megvan a maga játéka. A szavak jelentésének bármilyen rögzülése – véli Gadamer – ebben a játékban történik, az ide-oda mozgásban, amelyre az egyes szavak szert tesznek egy adott szituációban.⁴¹ Senki sem képes végérvényesen rögzíteni egy szó jelentését, s a beszélés képessége nem azt jelenti, hogy helyesen tanultuk meg és tudjuk használni a szavak rögzített jelentéseit. A nyelv élete inkább annak a játéknak az állandó továbbjátzását jelenti, amelybe akkor léptünk be, amikor beszélni tanultunk. A szónak egy újabb használata észrevétlenül játékba jön, s hasonlóképpen történik a régebbi jelentések eltűnése. Ez egy mindig továbbjátzott játék, amelyben az emberek egymással való együttléte megtörténik.⁴²

Ez a felismerés arra utal, hogy voltaképpen nincs olyan szél-sőséges emberi létállapot, amelyben az ember végképp magára hagyatottan, magára maradottan, önnön egyedülvalóságának tiszta szingularitásában létezhetne a világban. A létnek bármely mozzanatában szerzett tapasztalata egy olyan nyelvi közegben formálódik, amely másokkal közös, s amelynek köszönhetően mindenkor egy másokkal együtt alakított és egy átfogó értelem-összefüggésre nyitott hermeneutikai szituációban találja magát, amely számára egy átfogó és megalapozó meghatározottság hordozója.

Valakinek egy másvalakivel való beszélgetéseként végbemennő *kommunikáció* úgyszintén játék. Amikor két személy beszélget egymással, miközben mindenikük a saját nyelvét beszéli, egy *közös nyelv* játékát játsszák tovább, anélkül, hogy ők maguk ezt tudnák. A

40 Vö. uo.

41 Vö. uo.

42 Vö. uo. 458.

kommunikáció folyamatában nemcsak a beszélők, hanem az egyes beszélések is szembesülnek egymással, miközben egyikük sem áll egy helyben. A beszélgetők átlépnek egymás világába, s kölcsönösen részt vesznek egymás világának az alakításában. Ily módon a beszélgetésben résztvevőként már akkor is játékba kerülünk egymással, még mielőtt beindulna valamiféle céltudatos megbeszélésre irányuló tényleges dialógus. Egy igazi dialógusban észlelhető könnyed emelkedettség és kölcsönös elfogadottság a játék lényegéhez tartozik. Anélkül éljük ezt át, hogy önmagunk elvesztésével fenyegetne, sőt ellenkezőleg, azt tapasztaljuk, hogy a jól sikerült dialógus mindenikünk gazdagodásához vezet.⁴³

3.2. Önmagunk próbára tétele. A tényleges megértés hermeneutikai folyamata azonban nem merül ki a szavaink megértését elősegítő nyelvi játékban. Messze túlmegy azon a kritikai erőfeszítésen, amelyet a másik szavainak megértése végett végzünk, s azon is, amit mindebből tudatosítunk. Bármely dialógus esetében érvényes, hogy általa valami átalakul.⁴⁴ Az átalakulás nemcsak a szavaink jelentéstartalmát érinti, hanem minket magunkat is. Beszélgetésbe elegyedni – hangsúlyozza Gadamer – nem jelenti feltétlenül azt, hogy vitatkozunk, polemizálunk egymással; mint ahogy azt sem jelenti, hogy elbeszélünk egymás mellett.⁴⁵ Egy tényleges beszélgetés általában egy dolog körül forog, amelyről éppen szó van. Arra irányul, hogy közösen megkonstruáljuk egy olyan lényegi vonását, amellyel kapcsolatban megegyezhetünk, egyetérthetünk egymással. Szembesíti és mérlegre teszi a különféle véleményeket, úgy, hogy ezek egymást kölcsönösen alakító játékában a dologgal kapcsolatos igazsághoz kerülünk közelebb. Ez az igazság legalább annyira hozzánk is tartozik, mint a dologhoz magához, mivel a beszélgetés játékában közös alkotásunkként formálódik, s mindannyian gazdagodunk általa.

43 Vö. uo.

44 Vö. uo. 459.

45 Vö. Gadamer, Hans-Georg: *Limbă și înțelegere*. In: *Adevăr și metodă*. Vol. 2. Teora, București, 2001. 497.

Gadamer felhívja a figyelmünket arra, hogy a filozófiai hermeneutika a szabad beszélgetés játékának középpontba állításával túllép a retorikán. Tudatosítja bennünk, hogy a beszélgetésben való részvétel elkerülhetetlenné teszi a másik által kifejezett véleményekkel való találkozást. De ugyanakkor a hermeneutikai beállítódás nem korlátozható a másik vélemény megértésének „csak” a technikájára. Sokkal inkább a *próbára tétel* művészete. A hermeneutikai reflexiót mindvégig az egymásba hatoló, egymást kölcsönösen gerjesztő kritikai és önkritikai erőfeszítések játéka tartja fenn. Egy másik vélemény megértésére tett erőfeszítésünk a saját igazságunkat is mindenkor próbára teszi. Következésképpen a másik vagy egy másvalami megértése során önkritika is képződik.⁴⁶

Az ítéleteink és általa *önmagunk próbára tételének* a szabad beszélgetésben kínálkozó lehetősége nyitja meg az utat a helyes ítélés felé. Ezen előrehaladva megszabadulhatunk a rossz előítéletektől, a téves ítélezéseink miatti félelmeinktől, a saját igazságba való bezárkózás görceitől. Maradékitalanul átélhetjük benne a beszélgetés játékában való részvétel *felszabadító* hatását.

A beszélgetés szabad játéka mint az emberi kommunikáció igazi valósága a szembesülő véleményeket egyfajta *kiegyenlítettlen egyensúly*-ban tartja. Ez azt jelenti, hogy mindenikük igazságát kölcsönösen érvényre juttatja, anélkül, hogy az egyik vélemény a másik fölé kerekednék. Aki tényleges megértésre törekszik, nem egy felettes álláspontot sajátít el, amelynek alá kellene rendelnie a sajátját. A dialógusban összetalálkozó vélemények mindenikének megvan a maga értelemigénye, s egyetlen vélemény sem minősül értelmetlennek, mint ahogy egyetlen vélemény sem tarthat számot nagyobb értelemre a többinél. Maga a dialógus mint átfogó mozgás és alap alakítja és alakítja át egymás vonatkozásában a véleményeket, miközben a résztvevőket is kimozdítja az eredeti állapotukból. Egy sikeres dialógusban részt vevőként egyik fél sem térhet vissza az egyetnemértésnek/nézeteltérésnek abba az állapotába, amelyen felülemelkedett a beszélgetés játékában. Az így létrejövő közösség már nem az én gondolatom és a te gondolatod különbségének

46 Vö. Gadamer, Hans-Georg: *Hermeneutica clasică și hermeneutica filosofică*.

In: *Adevăr și metodă*. Vol. 2. Teora, București 2001. 450.

valamiféle összeadódása, hanem a világnak a dialógus játékában kiképződő *közös értelmezése*, amely alapján lehetővé válik az erkölcsi és társadalmi szolidaritás. Mindaz, ami igaz és ami jogot formál az érvényességre – mondja Gadamer –, lényege szerint olyan *közösség*, amely az emberek egyetértésén, egymás kölcsönös megértésén alapul.⁴⁷

Minden megértés tehát egy nyelvhez való viszonyt, nyelvi játékokban való részvételt feltételez; ezáltal válik lehetővé, hogy ott, ahol nézeteltérés merül fel, az egymással való beszélgetésben az emberek számára megnyíljon a megegyezéshez vezető út.⁴⁸

A közös gondolkodás, a tapasztalati világunkat átfogó és egységbe szervező lét- és értelemközösség az egymással való beszélgetésben formálódik. A beszélgetés egyszerre jelent az egyén számára kivezetést az elszigetelődésből, magányból, és nyit utat a nézeteltérések, konfliktushelyzetek feloldásához, kezeléséhez, az egyetértés megteremtéséhez.

Mindezek alapján belátható, hogy a beszélgetés játékában való részvétel nem csupán esetlegesen adódik az emberi egyének számára, s az így képződő hermeneutikai szituáció s az általa konstituálódó emberi közösség nem annyira korlátozólag, mint sokkal inkább *építőleg* hat az egyének individualitására. A másikkal való beszélgetés, a véleményével szembeni kifogásaink, az álláspontunkkal szembeni értetlenkedései mind-mind az individualitásunk kiterjesztésének és próbára tételének lehetőségeit hordozzák számunkra. Ez azért történhet így – mondja Gadamer –, mert egyfelől minden egyén rendelkezik a másokéval összetéveszthetetlen egyéni nézőponttal, amelyben a világ egésze tükröződik; másfelől viszont a világ, amely a különböző egyéni nézőpontokban visszatükröződik, egy és ugyanaz minden egyén számára.⁴⁹

Ezen alapul a *beszélgetés univerzuma*, azaz *univerzális lehetősége*, amely minden egyén számára egyformán nyitva áll, anélkül, hogy bárki individualitását veszélyeztetné.

47 Vö. Gadamer, Hans-Georg: *Limbă și înțelegere*. 498.

48 Vö. uo.

49 Vö. Gadamer, Hans-Georg: *Inapținutinea pentru dialog*. In: *Adevăr și metodă*. Vol. 2. Teora, București, 2001, 514.

4. Az élet eredendő nehézsége

A beszélgetés hermeneutikai univerzalitásából korántsem következik, hogy az minden ember életében maradéktalanul érvényesül. Úgy tűnik, hogy ennek egyaránt határt szab az *emberi lét végeessége* és a *dialógusra való képtelenség* tapasztalata. Vizsgáljuk meg tehát ezeket is a filozófiai hermeneutika nézőpontjából.

A filozófiai hermeneutika számára nem bizonyul elégségesnek a modernitás szubjektumcentrizmusából való kiütkereséssel járó próbálkozás, ha nem sikerül ezzel egy időben a heideggeri hermeneutikai fenomenológia alapgondolatát, az élet eredendő nehézségének a gondolatát is emberközeli formálnia, negativitásból pozitívításba átfordítania, azaz ha nem sikerül éppen a jelenvaló lét filozófiája által tudatosított nyomasztó életérzést, szorongató sorszerűséget az értelemtulajdonítás lehetőségmezőjévé áthangolnia.

4.1. A hermeneutika radikalizálódása. Ez egy olyan problémakör, amely Heidegger munkássága és számos követője révén a hermeneutikai beállítódást mintegy *belülről* érinti, és vele szemben is kritikai állásfoglalásokra késztet. A *radikális hermeneutika* képviselője, J. D. Caputo egy olyan hermeneutikafogalmat kíván egyenesen bevezetni, amely szerint „a hermeneutika az élet eredendő nehézségéhez való ragaszkodás kísérlete, a metafizikával való elárulása helyett”.⁵⁰ Caputo elgondolása a metafizika-kritikáknak abba a XIX. század végétől elindult sorozatába illeszkedik, amelyek a jelenben élő embert episztemológiailag vagy egzisztenciálisan rendre konfliktusba állítják a világfelfogását és létértelmezését megalapozó szellemi hagyománnyal, a *metafizikával* és a (jelen)létét megalapozó *történelemmel*, ily módon azt a benyomást keltve, mintha az egész több ezer éves európai történelem és kultúra az emberi lét mibenlétének egy végzetes félreismerésén és félreértésén alapulna, s ez lenne a végső magyarázat a mai ember szorongásaira, otthontalanság-érzetére a világban. Ennek szellemében hangsúlyozza Caputo a fiatal Heidegger érdemeit, aki szerint a „fakticitás hermeneutikájává”

50 Caputo, John D.: Az élet eredendő nehézségének visszaállítása. In: *Testes Könyv I.* Ictus és JATE Irodalomelmélet Csoport, Szeged, 1996. 13.

változtatott filozófiának – a metafizikával ellentétben, amely „mindig is könnyíteni próbált a létezés nehézségén” – „az élet olyan olvasatát kell adnia, amely az életet abban a pillanatban ragadja meg, amikor már éppen azon mesterkednék, hogyan illanhatna el, azaz olyan olvasatot, amely visszaállítja a faktikus létezés eredendő nehézségét”, abbéli meggyőződésével összhangban, hogy „az élet küzdelem és gond (*Sorge*)”.⁵¹ Ezzel összefüggésben Heidegger filozófiai törekvéseit Caputo ekképp összegzi: „Heidegger egyetlen dolgot kísérelt meg egész életében: fenntartani a lét mint jelenlét megkérdőjelezését. Más szóval ellenállni a dolgok megkönnyítésére csábító kísértésnek, annak, hogy – a metafizikusokhoz hasonlóan – a létet olyan stabil valamiként, olyan teljességként tüntessük fel, mint amilyen a jelenlét.”⁵² Mindazonáltal Caputo igyekszik elhárítani a nihilizmus vádját is az effajta metafizika-kritika irányából, hangsúlyozva, hogy a radikális hermeneutika az emberi létezés kérdésének olyan megközelítési módját kínálja, „amely nem esik bele a szubjektivizmus és humanizmus csapdájába”, hanem „felnyit bennünket a kérdésnek, amely mi magunk »vagyunk«”.⁵³

Az emberi lét heideggeri filozófiai interpretációjának s a hozzá tartozó metafizika-kritikának bizonyos mozzanataiban benne rejlik az a lehetőség, hogy – későbbi (többnyire szimplifikáló) átértelmezéseken keresztül kellőképpen felerősítve és a tényleges eredeti kritikai törekvéseivel ellentétben – a köztudat irányában egy lehangoló életérzés reflektálatlan közvetítőjévé váljon. Az emberi lét végességével és a halálhoz viszonyuló léttel kapcsolatos heideggeri gondolatokat a mindennapi ember tudata irányában közvetítő leegyszerűsítő olvasatok – az élet szorongató gond és kilátástalan küzdelem; a jelenlét könnyű, üres, értéktelen és értelmetlen – könnyen válhatnak elbizonytalanító, riasztó, szorongáskeltő, értelemvesztést sugalló üzenettartalmak hordozóivá a mindennapi életet élő ember számára, annál is inkább, mivel egy filozófiai tekintélyből eredeztethetőek.

51 Uo.

52 Uo. 14.

53 Uo. 19.

E problémakörre utalva G. Vattimo a heideggeri Dasein-konceptióval kapcsolatban kimutatja, hogy az értelmezés és a megértés köre a világban-benne-lét központi struktúrája, ami azt jelenti, hogy a világban-benne-lét mindig is rendelkezik a jelentéseknek egy totalitásával és egy referenciális kontextussal. Ebbe nemcsak annak a világnak az előzetes értése és megértése tartozik bele, amelyben vagyunk, hanem a nyitottság is, a jelenvalólét kivetülése, projekciója a létezés adott állapotából megnyíló lehetőségekre.⁵⁴ Heidegger az emberi lét egész voltának, a lehetőségekre való nyitottságának s az ehhez társuló értelemteljességének a kérdéskörét a *halál* vonatkozásában gondolja végig, mivel úgy véli, hogy a valós életet élő ember csakis a halálhoz viszonyulva értelmezheti és értheti meg a saját életét átfogó értelem-összefüggésként, s csakis az így megvalósuló létértelmezés válhat a megélt életnek olyan konstitutív dimenziójává, amely hiteles, autentikus emberi létté teljesítheti ki az életet.

4.2. A halálhoz viszonyuló lét. A halál problémája a heideggeri elgondolásban kettős – mégpedig ellentétes előjelű – vonatkozásban merül fel: egyrészt a *vég felől* a jelenvalólét irányában elgondolva, másrészt a *jelenvalólét felől* a vég irányában elgondolva.

A *vég felől* tekintve a halál kérdése egyértelműen *filozófiai* (metafizikai) kérdés, amelynek horizontjában az emberi lét egésze válik filozófiailag beláthatóvá a megértés és a szabadság vonatkozásában. A halál fenoménjét „mint véghez viszonyuló létet a jelenvalólét alapszerkezetéből kell interpretálni” – mondja Heidegger.⁵⁵ Ez azt jelenti, hogy a jelenvalólét a halálban „véget-ért-lét”, „véghez viszonyuló lét”, a halál pedig mint a jelenvalólét *vége* mindenkor „küszöbön áll” a jelenvalólét vonatkozásában.⁵⁶

A véghez viszonyuló lét több vonatkozást is magában foglal. Először is azt, hogy a létező léte ebben bevégeződik, s a halál ebben a bevégeződésben „van”.⁵⁷ Továbbá azt, hogy a „vég”-nek nincs va-

54 Vö. Vattimo, Gianni: *Sfârșitul modernității. Nihilism și hermeneutică în cultura postmodernă*. Editura Pontica, Constanța, 1993. 113.

55 Heidegger, M.: i. m. 428.

56 Uo. 429, 430.

57 „A halál mint a jelenvalólét vége a létezőnek a maga végéhez *viszonyuló* létében *van*.” – 441.

lamiféle önálló, a jelenvalóléttől elkülöníthető létmódja, a jelenvalólétet meg(túl)haladó kiterjedése; a jelenvalóléthez tartozik, annak bevégződése. Ennélfogva a jelenvalólét a végéhez érve és a végével együtt válik *egészé*.⁵⁸ Ugyanakkor a halálnak ebben a bevégződésben levő „van”-ja sohasem lehet tényleges, aktuális meglét, mivel – akárcsak a végnek – nincs a jelenvalóléttől különálló létmódja. A halál tehát a jelenvalóléthez tartozó; hozzátartozik az emberi léthez, de nem mint fennálló valóság, hanem mint mindig is „küszöbön álló” *lehetőség*. Mindezt így összegzi Heidegger: a halál mint a jelenvalólét vége, a jelenvalólét „legsajátabb, vonatkozás nélküli, bizonyos és mint ilyen, meghatározatlan, meghaladhatatlan lehetőség”-ként mutatkozik meg, amely egyszersmind „a legvégső” is.⁵⁹

A halál tehát a „jelenvalólét létlehetősége”; a jelenvalólét mint „a halálhoz viszonyuló lét” „egy lehetőséghez viszonyuló lét”-ként, mégpedig „a jelenvalólét egy kitüntetett lehetőségéhez viszonyuló lét”-ként jellemezhető.⁶⁰ E lehetőség kitüntetettsége abban áll, hogy mindig *csak* lehetőség, „az egzisztencia lehetetlenségének lehetősége”, amelyet éppen ezért „a hozzá való viszonyulásban *mint lehetőséget* kell elviselni”.⁶¹ A „halálhoz viszonyuló lét” „a lehetőségbe való előrefutásként” ragadható meg, s mivel ez az élő jelenvalólét számára mindig csak *lehetőség*, a halálhoz viszonyuló létmódja „maga az előrefutás”. Az előrefutás „nem más, mint a legsajátabb, legvégső lenni-tudás megértésének lehetősége, *vagyis a tulajdonképpeni egzisztencia lehetősége*.”⁶² A halálhoz viszonyuló tulajdonképpeni lét azt jelenti, hogy az előrefutás nem tér ki a halál meghaladhatatlansága elől, „hanem szabaddá válik a meghaladhatatlanság *száma*ra”.⁶³

58 A véghez viszonyuló lét létmódjában a jelenvalólét „*mint jelenvalólét egész* lehet”. – Uo.

59 Uo.

60 Uo. 444, 445.

61 Uo. 446, 447.

62 Uo.

63 Uo. 449. „A saját halálunk számára való előrefutó szabaddá válás megszabadít attól, hogy bele vesszünk a véletlenszerűen előtölködő lehetőségekbe, mégpedig úgy, hogy a faktikus lehetőségek, amelyek a meghaladhatatlan lehetőség előtt húzódnak, csak a szabaddá válás révén lesznek tulajdonképpen elérhetővé és választhatóvá.” – Uo.

A halálhoz való előrefutásban a jelenvalólét ténylegesen *végesként*, azaz a *vég felől meghatározottként* érti meg magát, olyanként, akihez a halál *meghaladhatatlanul hozzátartozik*. Csakis ebből a perspektívából nyílik meg számára mind az *autentikus létmegértés* – a lét-egészet átfogó értelemteljesség megértésének – lehetősége, mind pedig a ténylegesen faktikus létlehetőségek *szabad választásának* a lehetősége.

A másik irányból, a jelenvalólét világban-benne-léte felől tekintve a halál kérdését, egy másfajta perspektíva is megnyílik, mégpedig az (élet)világban benne élő ember nézőpontja, aki számára a halál *egzisztenciális* probléma. Ebben a vonatkozásban a saját lenni-tudásával számot vető jelenvalólét azzal a tapasztalattal kénytelen folyamatosan együtt élni, hogy „mint lenni-tudás a jelenvalólét a halál lehetőségét nem képes meghaladni”, azaz a halál „az abszolút jelenvalólét lehetetlenség lehetősége”.⁶⁴ A jelenvalólét „eleve *bele van vetve* ebbe a lehetőségbe”, „ki van szolgáltatva saját halálának”, ennyiben a halál „a világban-benne-léthez tartozik”.⁶⁵ Az, hogy a halál „a világban-benne-léthez tartozik”, egzisztenciális perspektívából nézve egyrészt azt jelenti, hogy a világban-benne-lét olyasmival tartozik össze, ami önnön létlehetőségeinek, világban-benne-létének a tagadása, a megsemmisülése, a *semmije*; másrészt azt jelenti, hogy elkerülhetetlenül, elodázhatatlanul, meghaladhatatlanul, azaz minden másnál *inkább*, tehát megalapozó módon tartozik hozzá ez a *semmiség*. Ebből adódóan – mutat rá G. Vattimo – a jelenvalólét megalapozottsága egyúttal meg-nem-alapozottság is; a halálra való nyitottsága a meg-nem-alapozottság alaptalanságában való megalapozottságot hordoz magában.⁶⁶ A mindennapi életet élő ember számára ez a létmeghatározottság a létben jelentkező „hátborzongató idegenség” homályos tapasztalataként merül fel, s a haláltól való *szorongás* diszpozíciójában válik nyilvánvalóvá.⁶⁷ Azt a kényszerűséget, hogy a halál „a világban-benne-léthez tartozik” a mindennapi életet élő ember a „*hanyatlás* módján” való egzisztálás

64 Uo. 430.

65 Uo.

66 Vattimo, G.: i. m. 115.

67 „A haláltól való szorongás nem más, mint a legsajátabb, vonatkozás nélküli és meghaladhatatlan lenni-tudás-«tők» való szorongás.” – Heidegger, M.: i. m. 430.

formájában éli meg. Számára a halálhoz viszonyuló lét a feszült *várakozás* állapota, amelyben a halál „közeledését” létvesztésként, azaz mint a saját lenni-tudását hordozó létlehetőségek megfoghatóságaként, mint önnön jelenvalóságának ellehetetlenüléseként tapasztalja meg. Ezért lenni-tudásának legsajátabb lehetőségeit azok között keresi és találja meg, amelyekben ideig-óráig *kitérhet* a halál meghaladhatatlansága elől, elodázhatja bekövetkezését, távolabbra tolhatja világban-benne-létének a beveződését.

Az előbbieik alapján belátható, hogy a halálhoz való viszonyulásnak ez az egzisztenciális problémája a mindennapi életet élő ember számára semmivel sem kevésbé jogosult, mint az a filozófiai törekvés, amely a halál kérdését az emberi léthez ugyancsak hozzátartozó vég felől igyekszik megérteni. Heidegger viszont az autenticitás–inautenticitás értékvonatkozásában egymás tükörfordítottjaként állítja kontrasztba ezeket a perspektívákat, s ebből kifolyólag a mindennapi életet élő embernek a halálhoz való viszonyát „a halálhoz *viszonyuló nem-tulajdonképpeni lét*”⁶⁸ állapotaként mutatja be, amelyben a jelenvalólét a halál *meghaladhatatlansága* elől kitérve, lenni-tudásának legsajátabb, meghaladhatatlan lehetősége elől menekülve a véletlenszerűen előretolakodó lehetőségekbe veti bele magát. Ily módon megfosztja magát az autentikus létmegértés és a faktikus létlehetőségek közötti szabad választás lehetőségétől.

A filozófiai hermeneutika nézőpontjából nem a két megközelítési mód – a metafizikai és az egzisztenciális – szembeállítás a hangsúlyos, hanem az emberi létmegértés folyamatában közöttük kibontakozó dialógusuk lehetősége. A tapasztalati történések folyamatában benne álló ember egyik konkrét, valós életmozzanatában sincs abban a helyzetben, hogy a halál vonatkozásában kizárólagosan csak az egyik vagy csak a másik beállítódás mellett dönthetne. Vattimo is arra utal, hogy az ilyen radikális hozzáállást a halálnak tiszta lehetőségként való elgondolása sem engedi meg ténylegesen, amely éppen *lehetőségként* való meghaladhatatlansága folytán az étlehetőségek mindenikét is a maguk lehetőség mivoltában folyamatosan megnyilvánítja és nyitva tartja, ennél fogva nem engedi az egzisztenciát végérvényesen lerögzülni az egyik vagy másik

lehetőség megvalósulásánál, hanem biztosítja és fenntartja annak mindig továbbhaladó mozgását. A tapasztalati világban benne élő ember ezt az életfolyamatába beleszövődő létmegértés játékaiként éli meg, amely a metafizikai és egzisztenciális hozzáállás közötti *beszélgetés* mindig továbbhaladó mozgásaként zajlik.⁶⁹ Nem arról van szó tehát ebben a vonatkozásban, hogy az élet „nehéz”, hanem arról, hogy a tapasztalati hatásösszefüggésekben való részvétel részünkről is folyamatos *erőfeszítést* igényel. Ugyanis ezt sohasem tiszta kontemplatív befogadásként, sem pedig ránk semmilyen formában vissza nem ható nyers aktivitásként éljük meg, hanem e kettő finom játékaiként; ebben szövődik az az átfogó értelemösszefüggés, amely a lehetőségeink mérlegén minket magunkat is folyamatosan próbára tesz.

4.3. A végesség tapasztalata. A filozófiai hermeneutika *megfordítja* az emberi lét és a végesség viszonyát. Az emberi lét nem azért véges, mert hozzátartozik a halál mint vég, mint a jelenvalólét vége, amiből – egy merész gondolati szökkenéssel – arra is következtetni lehet, hogy ha nem tartozna hozzá, akkor akár végtelen, örök életű és örökkévaló is lehetne. Fordítva: az ember azért hal meg, mert ember; az emberi lét azért véges, mert emberi lét. *Ihén* ontológiai minőségként semmiféle vonatkozásban nem áll a végtelenséggel, a halálon túli étellel, az örökkévalósággal. Más szóval: az emberi lét nem kívülről lehatároltan véges – bár effajta határ és lehatároltság is tartozik hozzá –, hanem *belülről* lehatároltan. Önnön végességét úgy hordozza magában mint a mindig továbbhaladó mozgáshoz hozzátartozó, belülről határoló lényegi *negativitást*. Nem azért és nem úgy vagyunk végesek, mert különálló emberi lényekként elkülönülünk-különbözünk egymástól és egy adott pillanatban meghalunk, hanem azért vagyunk végesek és azért halunk meg, mert mindenikünk élete – credendően és lényegileg – *történés*, ami azt jelenti, hogy átfogó egész, amely mindig is a belülről kitermelt határai között mozog. *A lét végessége a tapasztalat végességén és a nyelv végeességén alapul.*

69 Vattimo, G., i. m. 114.

Gadamer az emberi lét történetiségét nem a vég vonatkozásában feltáruló időiségével és végességével próbálja megalapozni – mint ahogy ezt Heidegger teszi⁷⁰ –, hanem az emberi létünk eredendő történeti lényegéből vezeti le annak *tapasztalati* mivoltát. A tapasztalat nem kívülről és esetlegesen adódik hozzá, hanem belülről hatja át az emberi létet, annak *világszerű* szerveződéseként. Nincs tapasztalat nélküli vagy tapasztalaton kívüli emberi lét. A tapasztalattal – nemcsak mint ennek vagy annak a tapasztalatával, hanem mint tapasztalattal *maga egészében* – mint olyasmivel rendelkezünk, ami „az ember történeti lényegéhez tartozik”, az ember történeti léte lényegi mozzanataként tartalmazott *negativitás*ban gyökerezik, s önnön történeti lényegét éppen e negativitás érvényre juttatásaként alapozza meg. Ennélfogva mindazok az elvárások, belátások, megvalósulások, amelyek módozataiban a tapasztalat kibontakozik, a maguk során mindig behatároltak, sohasem annyira kiteljesedettek, hogy ne lennének újabb tapasztalatok által módosíthatóak, meghaladhatóak; minden megszerzett tapasztalatunk a tapasztalatszerzés korlátaival, a tervek, az elvárások, a megvalósulások korlátaival, bizonytalanságaival – az emberi létünknek a bennük megmutatkozó végességével – szembesít. Az emberi lét tapasztalata „a mi végességünkhöz van szabva” – mondja Gadamer. Semmiféle „végtelen akarat” vagy „végtelen szellem” nem tudja felülmúlni.⁷¹

A tapasztalattal nemcsak mi magunk *rendelkezünk*, hanem azt nekünk magunknak kell *megszerezniünk*. A tapasztalat megszerzésével járó erőfeszítéseket senki sem végezheti el helyettünk, senki más nem kerülhet tapasztalóként a helyünkbe. Minden tapasztalatszerzés átfogóbb értelemben „az emberi lét határainak a belátásához” vezet; általa való tapasztalttá válásunk azt jelenti, hogy „az ember a saját végességének a tudatára ébred”, feltárulnak benne a tudatos emberi tervező- és cselekvőképesség határai. A voltaképpeni tapasztalat ily módon „az emberi végesség tapasztalata”.⁷²

70 „A halálhoz viszonyuló tulajdonképpeni lét, vagyis az időbeliség végessége a jelenvaló lét történetiségének rejtett alapja.” – Heidegger, M.: i. m. 619.

71 Gadamer, H.-G.: *Igazság és módszer* 317.

72 Uo. 250.

Az emberi lét végessége tehát a tapasztalat felől, tapasztalatilag látható be. Az emberi végesség tapasztalata nem az emberi lét végének a tapasztalata, hanem véges lények tapasztalata, akiknek „bármiféle elvárása és tervezése véges és korlátozott”.⁷³ Mint ilyen, maga is mindenkor *véges*. De éppenséggel az elvárás és a tervezés tapasztalatilag belátható határai azok, amelyeken belül az emberi lét még mindig *nyitott* is „a jövő, az elvárás és a tervezés számára”.⁷⁴ A tapasztalat *továbbhaladó* történeti mozgás, amelyben az emberi lét nem áll le az egyszer megtapasztaltak korlátainál, hanem a léttörténéseiben képződő határokon belül mindig továbbmozog az önkiteljesítés irányában. A nyitottság úgy tartozik hozzá a végesség véges tapasztalatához, mint a megvalósulásban végképp soha meg nem szűnő, *meghaladhatatlan létlehetőség*, amely az emberi önmegvalósítást hordozó lehetőségek kimeríthetetlen forrása. A tapasztalat végessége és nyitottsága az emberi lét lényegi történeti meghatározottságán alapul. Ezért „a voltaképpeni tapasztalat tehát saját történetiségünk tapasztalata”.⁷⁵

Gadamer a *történeti tapasztalatunk végességét* tekinti a hermeneutikai jelenség meghatározó alapjának – annak, hogy az emberi létünk alapjában és lényegében a megértés módján való létezés. Ez azt jelenti, hogy a tapasztalat *történeti hatásösszefüggés*, azaz mindaz, ami tapasztalatilag megvalósul, soha nem zárul le végérvényesen, hanem tovább hat az új tapasztalatszerzés irányában; az újabb tapasztalatok állandóan játékba hozzák az előzőeket, s általuk átszerveződik a tapasztalat egésze. Más szóval a már megszerzett tapasztalatokhoz, a bennük realizálódó lét véges, történeti állapotához – a tapasztalat nyitottsága folytán – mindig végtelenbe nyíló (vég nélküli) értelemösszefüggés *tartozik hozzá*. Ebből kifolyólag adott élethelyzetben a halállal való számvetés egyik lehetőségeként akár a halál utáni élet értelemvontkozásai is megnyílnak az ember számára, mint ahogy egy más természetű konkrét szituációban ezek be is zárulhatnak vagy kívül is kerülhetnek a létértelmezés horizontján.

73 Uo. 251.

74 Uo.

75 Uo. 251.

Ez a lehetőség az emberi lét történeti végességén alapul, s nem az emberi tudat tévelygéseiből vagy téveszméiből adódik.

4.4. A tapasztalat nyelvisége. Hermeneutikai szempontból az emberi lét és a tapasztalat történeti végessége a tapasztalat *nyelviségével* áll lényegi összefüggésben. A nyelv e „végesség lenyomata”, olyan átfogó, egyetemes közeg (médiум), amely „az emberi lét véges-történeti lényegét önmagával és a világgal közvetíti”.⁷⁶ A nyelv végessége nem az egyes nyelvek különbözőségeiből adódik, hanem abból, hogy „nyelv”, azaz lényege szerint *történetés*, azaz minden nyelvi megnyilvánulás egyszerre véges és nyitott, továbbhaladó mozgás, melynek során „minden nyelv állandóan képződik”.⁷⁷ A nyelv végessége a legradikálisabb értelemben függ össze az ember történeti végességével: csakis egy történeti és véges létező megnyilvánulásai lehetnek nyelvek, azaz csakis egy ilyen létező *beszél*; mint ahogy – fordítva – egy olyan létező, amely nyelvi valósítja meg és nyilvánítja meg önmagát, azaz beszélve és kommunikálva, nem lehet másmilyen, mint történeti és véges. Ez az összefüggés ténylegesen a *szó* és a *beszéd* eseményén keresztül világítható meg.

A szó olyan elemi nyelvi mozzanat, amely mintha „valamiféle középben törne fel, s egy egészre vonatkozik”. Ezért egy szó sohasem korlátozódik csupán arra, ami egy konkrét szójelentésként behatárolható. Minden szó „a nyelv egészét szólaltatja meg – mondja Gadamer –, amelyhez tartozik, s a világlátás egészét jeleníti meg, amelyen alapul”. Felidézi a „ki nem mondottat” is, amelyre „mint válasz és utalás vonatkozik”.⁷⁸ Abban, hogy minden megszólalásban a mondanivaló egy része kimondatlanul marad, nem a szó közlőerejének az „esetleges tökéletlensége” érhető tetten, hanem a nyelv történetés mivolta; az, hogy a szó maga is nyelvi történetés, amely *mint szó*, a maga behatárolt, véges, konkrét és szituált mivoltában mindig csak egyik vonatkozásában képes kimondani azt az értelemegészt, amely mint nyelvi közeg, mint nyelvi hagyomány – amelyből a szó éppen kiemelkedik – hozzátartozik, s általa

76 Uo. 317.

77 Uo.

78 Uo. 318.

mozgásba jön. Gadamer ebben „a beszéd eleven virtualitásának” a megnyilvánulását látja a beszélésnek azt a lényegi sajátosságát, hogy „anélkül, hogy képes volna azt teljesen mondani, értelemegészt hoz játékba”. Ebben voltaképpen a beszéd (és tágabban a nyelv) létmódja tárul fel: „Minden emberi beszéd oly módon véges, hogy a kifejtendő és értelemezendő értelem végtelensége rejlik benne”.⁷⁹ A nyelv minden történeti létmozzanatában *véges*, de egyszersmind *teljes* univerzum; *végesség és teljesség egymáshoz tartozása a szó, a nyelv történetmivoltában gyökerezik.*

Mindezek alapján Gadamer arra a következtetésre jut, hogy a hermeneutikai jelenséget csak „a lét véges alapjellege” felől lehet feltárni, „mely teljes egészében nyelvi természetű”.⁸⁰ Ebben a megközelítésben „*A megérthető lét – nyelv*” tétel azt jelenti, hogy az emberi lét történelmi végessége nem szab áthághatatlan korlátokat a kiteljesedésének. Ellenkezőleg, az emberi lét minden mozzanatában *értelmes*. Minden konkrét, meghatározott és véges tapasztalati történéshez végtelenbe nyíló értelemösszefüggés tartozik hozzá. Az emberi lét minden véges, történeti megvalósulása egy olyan virtuális értelemegésszel összetartozva válik teljessé, amelyet a nyelvi világtapasztalat hordoz. A hermeneutikai tapasztalat mint nyelvi világtapasztalat: átfogó lét- és értelemtörténeti folyamat.

Az emberi létállapotnak ez semmivel sem kevésbé egyetemes érvényű elgondolása, mint bármelyik, amelyet a modernitás szellemisége akár ismeretfilozófiai, akár morálfilozófiai, akár fundamentálonológiai szempontból kínál számunkra. Ebből a perspektívából nézve minden egyes ember a lét- és értelemtörténeti folyamat részese és résztvevője; ez konkrétan azt jelenti, hogy minden emberi tapasztalat egy átfogó értelemösszefüggés hordozója. Egyetlen tapasztalat sem értelmetlen. Az olyasmi, mint a halál kérdésével való szembesülés, akárcsak az értelmetlenség és az értelemnélküliség benyomásaival való találkozás, a maga nemében szintén értelmes tapasztalat, vagyis olyan, ami bevonható a magunkat is formáló-gazdagító értelmezés és megértés játékába.

79 Uo.

80 Uo.

Ha kellőképpen belegondolunk a hermeneutikai szemlélet lényegébe, ez hozzásegíthet feloldani mindazokat a gátlásokat, szorongásokat, komplexusokat, amelyeket nemegyszer a modernítésra jellemző szubjektumcentrikus szemlélet vagy éppenséggel ennek a – semmivel sem kevésbé agresszív és lehangoló – kritikája jegyében formálódott kulturális hagyomány ültetett el bennünk.

5. A dialógusra való képtelenség

A beszélgetés hermeneutikai univerzalitásának sok esetben hátráltat szab a *dialógusra való képtelenség*.

Ha feltesszük a kérdést: mi egy beszélgetés?, nyilván elsősorban egy olyan, emberek között lejátszódó folyamatra gondolunk, amelyet kiterjedtsége és potenciális lezáratlansága ellenére sajátos egység és belső kohézió jellemez. Gadamer rámutat, hogy az ilyen jelenségek közül is ténylegesen csak az számít beszélgetésnek, ami valamilyen nyomot hagy bennünk, ami által a másikban olyasvalamire lertünk, amivel a saját világtapasztalatunkban még nem találkoztunk. A beszélgetésnek *átalakító ereje* van. Egy sikeres beszélgetés hatással van ránk, utána megmarad bennünk valami, ami megváltoztat.⁸¹

Egy adott beszélgetésben a partnerek a valakihez-való-beszélés, a valakinek-való-válaszadás formájában vesznek részt. Gadamer viszont, valahányszor a beszélgetés kérdésével foglalkozik, mindig kiemeli, hogy a tényleges beszélgetésnek a *hallgatás* is fontos feltétele.⁸² Ahhoz, hogy beszélgetni tudjunk, tudnunk kell hallgatni az alatt, amíg a másik beszél, s ezzel egy időben képesek kell lennünk odahallgatni arra, amit mond.

Ez nem mindig sikerül, mivel sohasem elég hozzá csak az egyéni szubjektív szándék és elhatározás. A korlátozás-önkorlátozás mechanizmusai magában a beszélgetés játékában oldódhatnak fel; a játék ez esetben is átfogó és megalapozó meghatározottság, amely befolyása alá vonja és alakítja a játékosokat, azaz a beszélőket. Maga a beszélgetés szűri ki azokat a résztvevőket, akik nem képesek

81 Vö. Gadamer, Hans-Georg: *Inaptitudinea pentru dialog*. 514.

82 Vö. uo. 517.

átadni magukat a beszélgetés szellemének. De mivel beszélgetni csak egymással szoktunk, valamelyikünk képtelensége a dialógusra a beszélgetést magát s benne a saját részvételünket is veszélyezteti, a beszélgetés fenntartására irányuló képességünket korlátozza. A másik képtelensége a dialógusra egyszersmind a saját képtelenségünk előidézőjévé, kiváltójává is válhat.⁸³

Gadamer megkülönbözteti a dialógusra való képtelenségnek egy szubjektív és egy objektív okát.

Szubjektív okként a hallgatásra, meghallgatásra való képtelenséget említi. Aki a beszélgetés során csak a saját szükségleteire és érdekeire összpontosít, aki csak saját magát hallja beszélni vagy aki csak önmagával hajlandó társalogni, nem képes a másik meghallgatására.⁸⁴ Ez többnyire olyankor áll elő, amikor valamelyik partner fölényes álláspontot foglal el, a saját előzetes tudását a többiek tudása fölé helyezi és egyoldalúan igyekszik érvényesíteni velük szemben. Miközben a többiek hiányosnak és előítéletesnek minősített tudásától elfordul, voltaképpen nem tesz egyebet, mint hogy a saját előítéleteibe zárkózik be. A hallgatásra való képességünkben mutatkozik meg a leginkább – némileg paradoxnak tűnő módon –, hogy egy szabad beszélgetés s ennek játékában a másikkal való találkozás mennyire képes kiemelni a saját világunkban való bezárkózottságunkból, s mennyire sikerül az emberi kapcsolatainkat korlátozó előítéleteink fölé emelnie. A kölcsönösen odaforduló, odafigyelő, odahallgató *nyitottság* egymás iránt az, ami a beszélgetés szabad mozgását fenntartja. A dialogikus beszélgetés lehetetlenné válik, mihelyt a partnerek valamelyike nem kellőképpen nyitott a beszélgetésre.⁸⁵

A másik meghallgatásának a képessége – mondja Gadamer – igazi felemelkedést jelent a *humanitás*hoz, ahhoz a mindnyájunk számára közös, átfogó és megalapozó emberi tatalomhoz, amelynek részesei, és amely megalkotásának egyúttal résztvevői is vagyunk a szabad beszélgetésben.⁸⁶ A hermeneutikai beállítódás

83 Vö. uo. 516.

84 Vö. uo. 517.

85 Vö. Gadamer, H.-G.: *Hermeneutica clasică și hermeneutica filosofică*. 450.

86 Vö. Gadamer, H.-G.: *Inaptitudinea pentru dialog*. 517.

lényegében ennek a képességnek a kiképzésén alapul; elsajátítva ezt lehetőségünk nyílik mások tényleges meghallgatására, miközben mi magunk is a többiek felénk forduló, odahallgató figyelmének a felemelő élményében részesülhetünk.

A dialógusra való képtelenség *objektív okaként* Gadamer a *közös nyelv hiányát* említi.⁸⁷ A beszélgetés folyamatában zajló kommunikáció közös nyelvet feltételez, amelyet a partnerek a beszélgetés szabad játékában közösen teremtenek. Ennek lehetősége viszont azzal áll összefüggésben, hogy a kommunikáció ugyanilyen mértékben feltételez is egy közös nyelvet, a közös vagy egymáshoz közel álló hagyományok, értékek, jelentések és értelemek már előzetes tudás, tapasztalat formájában rendelkezésre álló készletét, amelyet a beszélgetőpartnerek az éppen folyamatban lévő beszélgetésben alkotnak tovább. Gadamer úgy véli, hogy az emberi elidegenedés leginkább abban mutatkozik meg, hogy az emberek már nem beszélnek egy közös nyelvet, s ennek hiányában egyre nehezebbé, akadozóvá válik a kommunikáció. A tapasztalat viszont azt mutatja, hogy azok, akik szükségét érzik annak, hogy *mondjanak valamit* egymásnak, még egy hiányos vagy tört nyelven is képesek erre, amennyiben kellő türelemmel, érzékenységgel, rokonszenvvel viseltetnek egymás iránt, és él a feltétlen hitük az értelemben, amelynek mindannyian részesei vagyunk. Ennélfogva – hívja fel a figyelmet Gadamer – a beszélgetésre való képtelenségünk sokkal inkább az egymáshoz intézett mondanivaló és a közös nyelv hiányára adott *válasz*, semmint olyan hiányosság, amivel mi magunk ténylegesen rendelkezünk.⁸⁸

Tudunk-e közös nyelvet teremteni, és van-e mondanivalónk egymás számára? – ezen múlik a képességünk a szabad beszélgetésre és a benne való részvételünk öröme.

6. Az önépítés képessége

A kortárs filozófiai törekvésekben rejlő terapeutikus lehetőségek egyik kutatója, R. Neculau kiemeli azt, hogy a gadameri filozófia

87 Vö. uo.

88 Vö. uo.

hermeneutika maghaladja a megismerő ember klasszikus emberképét, aki különbséget tesz alany és tárgy, tény és érték, elmélet és gyakorlat között. A hermeneutika a tények és tettek megértését egy olyan filozófiai projektként vázolja fel, amely *önmagunk másokkal együtt történő építését* szolgálja. Egy ilyen projekt annyiban válhat számunkra valósággá, amennyiben képessé válunk az interperszonális interakciók adekvát szótárainak a használatára és a társadalmi együttélés, részvétel reflektált formáinak a kialakítására.⁸⁹ Ezek olyan képességek, amelyek a beszélgetés folyamatában formálódnak. A szabad beszélgetésben való részvétel lehetővé teszi számunkra mindazoknak a formatív tapasztalatoknak az elsajátítását, amelyek hozzásegítenek egymás kölcsönös elismeréséhez s a szabadságunk ebben való megalapozásához. Ily módon a szabad beszélgetés lényegileg a másik elismerését feltételező, ezen alapuló *építő beszélgetés*.⁹⁰

Önmagunk másokkal együtt történő építését a gadameri filozófiai hermeneutika legátfogóbban a *képzés* problémáján keresztül fejt ki. A képzés mindenekelőtt *önmagam művelése*: azoknak a képességeknek a kifejlesztését jelenti – a jó ízlés, a józan belátás, a helyes ítélőképesség fejlesztését –, amelyek eligazítanak azokban a gyakorlati kérdésekben, hogy hogyan éljünk, mely erényeket preferáljuk, milyen közösségformákat vállaljunk fel. Bár a képzés első megközelítésre kizárólag individuális tevékenységnek tűnik, már a felvilágosodás korától – amelyben a fogalom gyökerezik – a *közösségi* dimenziója is nyilvánvalóvá vált. Képzettnek lenni az egoizmus, a saját érdekekre irányuló kizárólagos összpontosítás meghaladását jelenti a hozzánk tartozó közösségi eszmények és törekvések javára. Ez együtt jár a másik elismerésével a kölcsönös tisztelet, a szeretet és az egymással való szolidaritás jegyében. Olyan képességek ezek, amelyek gyakorlásával az egyén közösségre is képzetté válik.⁹¹

A képzés gadameri fogalma szervesen összekapcsolódik a *műveltséggel*. Mindazok a képességek, amelyekre önmagam művelése során szert tehetek, voltaképpen a műveltség megszerzé-

89 Vö. Neculau, R.: i. m. 15.

90 Vö. uo. 253, 254.

91 Vö. uo. 254.

sének a képességei is egyben. Önmagam művelése révén művelt emberré válni, illetve műveltségre önmagam művelése érdekében szert tenni egymást kölcsönösen feltételező és összetartozó építési folyamatok. A képzés alapján véve hit a műveltségben, a műveltség emberi létminőséget biztosító erejében s a művelt ember műveltségteremtő képességeiben. A művelt ember horizontja kitágul, az érdeklődési köre távlatot nyer, az élete egy kiszélesedő perspektívára nyílik meg. Ezeknek a sajátosságoknak a birtokában a képzett ember képes a közvetlen létszükségletek kötöttségei fölé emelkedni, a kiterjedt értelemösszefüggések és a szabad életmegnyilvánulások tágabb szférájába, amelyben az ember mélyebben és átfogóbban értheti meg a világot és szabadabban élhet benne.⁹²

A képzés tehát egyszerre értelemteremtő, közösségalkotó és szabaddá válási folyamat, amelynek során kiléphetünk a saját helyzetünk és világunk nyomasztó bezártságából, s ezt a szabadságunkat a másokkal való együttlétben kiteljesedő szabadságként élhetjük meg.

7. A konszenzus lehetősége

A szabad beszélgetés résztvevőjeként az individuum nincs egyedül. Nemcsak azért, mert másokkal beszélget, s a beszélgetés révén a többiek jelenvalókként, észlelt tapasztalatként tűnnek fel társaságában, hanem azért sem, mert az igazság a beszélgetésben kialakuló *konszenzus* révén körvonalazódik, s mint ilyen a résztvevők egyikének sem kizárólagos birtoka, hanem közös alkotás.

G. Warnke észrevétele szerint a konszenzus fogalma Gadamernél kettős értelmű fogalom. Egyrészt alapvető egyetértést jelent, amely nem a különböző nézőpontok kritikai szintéziseként alakul ki, hanem annak a közös megállapítása révén, hogy mi tekinthető érvényesnek, igaznak. Másrészt a „horizontok összeolvadása”-ra, a különböző nézőpontok integrációjára utal, ami a vizsgált kérdés mélyebb megértését eredményezi. Ezáltal a résztvevő számára új értelemösszefüggések nyílnak meg, s ezekkel gazdagodva ő maga is átalakul, némileg más emberként lép ki a beszélgetésből, mint

92 Vö. Warnke, G.: i. m. 216.

akiként belépett.⁹³ A konszenzus gadameri fogalmának ez a második értelme rávilágít arra, hogy a dialógus kedvez az értelemképződésnek, a megértésben való előrehaladásnak. A másokkal való együttlét és a közös alkotásban való részvétel tényleges változást és gyarapodást jelent az egyén életében, s egyúttal hatékony ellenszert a magánnyal, a kiüresedéssel, az elsivárosodással, a monotoníával szemben.

A konszenzusképzés folyamatában felmerülő „közös” sajátos természetű, mivel hiányzik belőle egy ténylegesen közös, mindenkire egyaránt érvényes nézőpont. Ezért mindig meghaladja az egyénit egy virtuálisan „közös” irányában, de ugyanakkor az egyesek közötti *különbözőségeket* is érvényre juttatja. Ez tehát egy olyan „közös”, amely az egyes nézőpontok közelítése folytán, a közösen vizsgált probléma mentén történő integrációjukként, a közelítés–távolítás folytonos játékában alakul ki. Ebből viszont az következik, hogy éppen a horizontok és a nézőpontok *közössége* az, ami egyúttal a leginkább érvényre juttatja és továbbépíti az egyéni nézőpontokat és horizontokat – és nem fordítva –, anélkül azonban, hogy valamilyen homogén, a különbségeket eltüntető közösségben egységesítené azokat. Ily módon a dialógus révén való részvétel és részesülés a közösségben az egyén esetében többek között azzal a „kézzelfogható” haszonnal is jár, hogy meghaladhatóvá teszi azokat a szélsőséges végleteket, amelyek hagyományosan állandó veszélyeztettséget jelentenek az egyén számára az egyén és közösség viszonyában, s ezáltal – közvetve – az egyoldalú individualizmusra irányuló opciókat táplálják. Ilyen egyrészt a sajátosan egyénit megszüntetéssel, a közösbe való beolvasztással fenyegető *homogenizáció*, másrészt pedig a sajátosan egyénit a közössel szemben eljelentéktelenítő *relativizáció*.

A dialógusban és az értelmezések játékában kialakuló konszenzus még a kommunikációval való összefüggésben is jelentőséggel bír. Erre J. Habermas hívja fel a figyelmet,⁹⁴ aki rámutat arra, hogy a kommunikatív cselekvés sikere voltaképpen a hermeneutikai

93 Vö. uo. 212.

94 Vö. Habermas, Jürgen: *A társadalomtudományok logikája*. Atlantisz, Budapest 1994, 234.

történes folyamatában formálódó konszenzustól függ, mivel mind – a különböző csoportok és kultúrák hagyományai közötti – *horizontális*, mind pedig – a saját hagyomány történelmi mozgását jelölő – *vertikális* irányban gátat vet a kommunikáció megszakadásának. Ha ezek a kommunikációs áramlások megszakadnának, a kölcsönös megértés interszubjektivitása vagy megmerevedne, vagy pedig szétesne, s ezzel a túlélés olyan elemi feltételei mennének tönkre, mint a kényszermentes egyetértés és az erőszakmentes elismerés lehetősége.

A hermeneutikai folyamatban való részesedés és részvétel tehát nemcsak az egyéni élet kiteljesítése szempontjából fontos, hanem a társadalmi csoportok és közösségek életképességét, fennmaradását és megújulását fenntartó kommunikáció elengedhetetlen feltételének is bizonyul.

8. Gyakorlati filozófiai orientáció

A filozófiai hermeneutika is azok közé a kortárs filozófiai törekvések közé tartozik, amelyek az elméleti filozófiának a modernitásra jellemző dominanciájával szemben újból érvényre próbálják juttatni a *gyakorlati filozófiát*. Ezzel utat kívánnak nyitni azoknak a lehetőségeknek, amelyek mentén a filozófia visszanyerheti, illetve a mai ember életében is elnyerheti az életgyakorlat mivoltát. Ebben a vonatkozásban a filozófiai hermeneutikával való foglalkozás nem jelent csupán elvont, spekulatív vizsgálgódot. Az általa hordozott filozófiai szemléletmód és beállítódás nemcsak hogy nem munkálható ki tisztán elméleti szinten, de nem is sajátítható el egy csupán teoretikus tanulási folyamatban, az életfolyamatokba való bekapcsolása nélkül. A hermeneutikai szemléletmód és beállítódás olyasmi, ami magát a gondolkodót sem hagyja érintetlenül, mivel e beállítódás lényegét megvilágító gondolatok végiggondolását ő sem végezheti el másképp, mint a saját tapasztalatait is bevonó, az életvitelét is alakító értelmező reflexió útján.

G. Vattimo meglátása szerint a filozófiai hermeneutika egyszerre elméleti és gyakorlati filozófia, mivel a filozófia mindkét nagy komponense jelen van és kiépül benne. Elméleti vonatkozásban nem

egy sajátos értelmezésemélet, hanem átfogó filozófiai koncepció, amely feltárja az értelmezés ontológiai alapjait, meghonosítja a nyelv újszerű teoretikus megközelítését és egy új etikát alapoz meg. Ez utóbbit Vattimo az *értelmezés etikájának* nevezi, s egy olyan etika lehetőségét látja benne, amely képes az emberi lét erkölcsisége számára a hermeneutikai tapasztalatból és történelemből vett új, szilárd motivációs támpontokat nyújtani.⁹⁵

Ugyanakkor Vattimo az etikumnak és a történetiségnek a hermeneutikai perspektívában való szerves összetartozására is rávilágít. Az igazságtapasztalat a nyelvi és kulturális tradíció artikulációjaként képződik, amely az emberi léthez való hozzátartozása folytán mindig újszerű üzeneteket hordoz az újabb beszélők számára. Ennélfogva a hermeneutika csakis a történetiségben megalapozottan bonatkoztathat ki egy új etikát.⁹⁶

Ebben a vonatkozásban a hermeneutikának mint gyakorlati beállítódásnak a gondolkodó és az egyes ember életvitelén túlmutató, osztársadalmi kulturális és történelmi horizontokat átfogó kiterjedési lehetősége is megmutatkozik. A gadameri filozófiai hermeneutika egyik alapigazsága – mutat rá G. Warnke –, hogy a természeti és társadalmi jelenségek, az erkölcsi törvények, az esztétikai értékek ismerete, a politikai cselekvés feltételeinek az ismerete mindenkor belehelyez egy hagyományba. Egy helyzetet, egy kérdést, egy tényt sohasem úgy tárgyalunk, hogy ne helyezkednénk bele egy előzetes kontextusba, hogy ne vonatkoztatnók egy másik helyzetre, kérdésre vagy tényre, azaz ne értelmeznők egy bizonyos módon. Ezek az értelmezések pedig mindig visszahatnak a saját helyzetünkre és tapasztalatainkra, amelyeket meghatároz annak a társadalomnak és kultúrának a története, amelybe beletartozunk.⁹⁷

Hermeneutikai nézőpontból tekintve egy új etika nem vonhatja ki magát ebből a történelmi hatásösszefüggésből, sőt ellenkezőleg: az erkölcsiség ebben rejlő megújulási lehetőségeit kell érvényre juttatnia. Erre annál is inkább lehetősége van, mivel a filozófiai hermeneutika azáltal, hogy a modernitásra jellemző historizmus

95 Vö. Vattimo, G.: *Éthique de l'interprétation*. 221.

96 Vö. uo. 172.

97 Vö. Warnke, G.: i. m. 211.

történelemszemléletétől eltérően a hagyományt és a történelmet nem eltárgyiasító módon, hanem a saját tapasztalatainkhoz, társadalmi és kulturális környezetünkhöz hozzátartozó hatásösszefüggésként, hatástörténetként fogja fel. Mivel a jelen embere számára a történelmet nem múltbeli események sorozataként s a hagyományt nem idegen testként, korpuszként tünteti fel, a hermeneutikának megvan az a lehetősége, hogy hozzájáruljon a gyökértelenség szorongató érzésének a feloldásához, amely a historizmus és a metafizikai nihilizmus elidegenítő hatásából kifolyólag gyakorta úrrá lesz a mai emberen.

Hasonlóképpen léphet fel a filozófiai hermeneutika a kiüresedettnek vélt, sivár és önmagába záruló jelen filozófiai képzetével és mindennapi tapasztalatával szemben is. A hermeneutikai nézőpontból a jelen mindig a múlttal, a hagyománnyal összetartozónak és ezekkel egységben megélhetőnek bizonyul. A jelenben levés nem csupán egy elvont és üres itt-lét, hanem – gadameri kifejezéssel – a „nálalét” valós történeti folyamata, amelyben a múlt és a hagyomány a jelenben élőkhöz mindenkor hozzátartozik, a kölcsönös részesedés és részvétel jegyében.

A mai ember, amennyiben elsajátítja a hagyományhoz való *értelmező-megértő hozzáállást*, s a világ, amelybe(hez) bele(hozzá)tartozik, számára az idő, a történelem és a kultúra *hatásösszefüggéseinek* a dimenzióiban is kitágul, kevésbé érezheti magát a létében megalapozatlannak, a konkrét egyéni élethelyzeteiben elszigeteltnek, a történelmi előzményeitől elszakadottnak, s ennél fogva a világba esetlegesen belevetettnek és bizonytalanságban lebegőnek. Ahhoz azonban, hogy a mai ember ténylegesen e hatásösszefüggéseik részeseként és alakító résztvevőjeként (is) találja magát a saját jelenében – amely éppen ily módon válik ténylegesen a *sajátjává* –, egy új etikai horizontból érkező *bívrásra*, egy korszerű gyakorlati filozófia irányából elhangzó *megszólításra* is szükség van.

Gadamer frappáns megállapítása szerint „a megértés gyakorlatának elmélete maga is elmélet”. De a gyakorlatnak egy ilyen elmélete – fűzi hozzá mindjárt a filozófiai hermeneutika kidolgozója – már nem „technika”, nem a társadalmi gyakorlat tudományos leképezése, hanem sokkal inkább a természet és a társadalom

tudományos-technikai uralásának korlátaira/határait irányuló kritikai filozófiai reflexió.⁹⁸

Úgy véljük, hogy a filozófiai hermeneutikának minden benne felkínálkozó lehetőséget mozgósítania kell annak érdekében, hogy ne maradjon meg csupán a megértés gyakorlatának kritikai elméleteként megfogalmazódó elméleti filozófia szintjén, hanem a gadameri alapokról határozottan továbblépjen a hermeneutikát mint életszemléletet és mint gyakorlati beállítódást érvényre juttató gyakorlati filozófiai orientáció kifejtésébe irányába.

Conținut

Funcția terapeutică a hermeneuticii

Cuvinte cheie: *hermeneutică filosofică, filosofie practică, funcție terapeutică, pierderea sensurilor, sensuri noi, conștientizare, deconstrucție critică, consens*

Lucrarea de față dorește să tematizeze câteva aspecte ale perspectivei filosofice, conturate în hermeneutica contemporană, datorită căroră hermeneutica filosofică, înțeleasă ca filosofie practică, poate avea funcții terapeutice în diferitele situații ale vieții când pare să se producă o pierdere a sensurilor, atât la nivelul individual, cât și la cel al unei comunități. Hermeneutica poate deschide posibile căi spre participarea individului la crearea de sensuri noi și poate conștientiza și forma în om modalitățile efective necesare demersului practic. Prin acest demers practic omul își poate recâștiga încrederea în sine, alimentată de o formă de viață activă, și angajamentul său față de o viață cu sens. Tot astfel hermeneutica filosofică îndeplinește o funcție terapeutică și la nivelul unor comunități sau al întregii societăți, prin deconstrucția critică a structurilor instituționale sau mintale totalitare, structurate ierarhic, prin promovarea dialogului, a comunicării, a consensului și colaborării între oameni.

Abstract

The Therapeutic Function of Hermeneutics

Keywords: *philosophical hermeneutics, practical philosophy, therapeutic function, lost of senses, new senses, consciousness, critical deconstruction, consensus*

The paper is about some aspects and components of a special philosophical point of view which is outlined in contemporary philosophical hermeneutics. Due to these characteristics, philosophical hermeneutics as a practical philosophy has a therapeutic function, both on the level of

98 Gadamer, H.-G.: *Hermeneutica clasică și hermeneutica filosofică*. 450.

the individual and the community. In the former case it opens the possible ways of meaning-creation and helps to develop the effective possibilities of a practical approach. In this way the human being can regain his/her self-belief and self-esteem rooted in an active form of life, and in the commitment to a meaningful life. In the latter case the therapeutic function of philosophical hermeneutics can be understood as a critical attitude against totalitarian mental and institutional structures which aims at the liberation of communication and dialogue among people, establishing this way the practice of cooperation and search for consensus.

Dr. Veress Károly a kolozsvári Babeş–Bolyai Tudományegyetem tanára. (Történelem és Filozófia Kar, Szisztematikus Filozófia Tanszék). Oktatott tárgyak: a filozófia szakos alapképzésben: *Cselekvésemélet* (1994–2002), *Filozófiai hermeneutika, Ismeretelmélet, Kultúrfilozófia* (1996–2003), *Nyelvfilozófia, Szemiotika, Vallásfilozófia* (1994–2000); a Hermeneutika és kultúra (2000–2005), valamint A kommunikáció és az interkulturalitás filozófiai mesterképzőn: *A kommunikáció és a kultúra hermeneutikája, Hagyomány és történetiség a kultúrában*; a Kommunikáció és kultúra doktoriskolában: *Hagyomány és történetiség a kortárs kultúrában*. Szakkönyvek: *Bevezetés a hermeneutikába*. Egyetemi Műhely Kiadó, Bolyai Társaság–Kolozsvár, 2007. p. 307; ISBN 978-973-87783-7-5; *Az értelem értelméről*. Hermeneutikai vizsgálódások I. Mentor Kiadó, Marosvásárhely, 2003. p. 225; ISBN 973-599-081-4; *A megértés csodájáról*. Hermeneutikai vizsgálódások II. Mentor Kiadó, Marosvásárhely, 2006. p. 253; ISBN (10)973-599-226-4; (13)978-973-599-226-2; *Ființa generațională și destinul culturii*. Editura Casa Cărții de Știință, Cluj-Napoca, 2003. p. 330; ISBN 973-686-512-6; *Egy létparadoxon színe és viszája*. Hermeneutikai kísérlet a *nem lehet*-probléma megnyitására. Pro Philosophia, Kolozsvár, 2003. p. 268; ISBN 973-86029-5-5; *Kisebbségi létproblémák*. Filozófiai esszék. Komp-Press. Korunk Baráti Társaság, Kolozsvár, 2000. p. 250; ISBN 973-9373-20-8; *Filozófiai szemiotika*. Stúdium Kiadó, Kolozsvár, 1999. p. 250; ISBN 973-9422-19-5; *Paradox (tudat)állapotok*. Komp-Press. Korunk Baráti Társaság, Kolozsvár, 1996. p. 225; ISBN 973-97661-2-9