

AZ ELLENKULTÚRA ÉS A HUMANISZTIKUS PSZICHOLÓGIA¹

Szummer Csaba – Szántó András

Károli Gáspár Református Egyetem, Pszichológiai Intézet
Levelező szerző: Szántó András E-mail: paharov@gmail.com

BEVEZETÉS

A posztkuhniánus tudományelmélet indokoltta teszi az extrinzik, vagyis a tudományon kívüli tényezők figyelembe vételét egy tudományág fejlődésében.² Kuhn szerint az új paradigma melletti elkötelezettség csupán magán az új paradigmán belül indokolható. Az adott paradigmával nem konform megfigyeléseket a kutatók egy ideig negligálják, vagy beleerőltetik az uralkodó paradigma Prokrusztész-ágyába. Egy idő után az adott paradigma recsegve-ropogva összedől, vagy kevésbé látványosan engedi át a helyét az új paradigmának. Kuhn eredetileg a természettudományok fejlődésére dolgozta ki elméletét. A pszichológiára azonban még kevésbé alkalmazhatók a tudományok öntörvényű és kumulatív fejlődéséről alkotott pozitivisták elképzelései és az internalista szemléletű tudománytörténeti leírások, mint a természettudományok esetében. A lélek tudománya meglehetősen érzékenyen reagál a korszellemre, az adott társadalmi-kulturális miliő befolyására. Az alábbiakban azt a szinergiát fogjuk felvázolni, amely a humanisztikus pszichológia és a hatvanas évek Amerikájának erőteljes ifjúsági szubkultúrája, az úgynevezett „ellenkultúra” között fennállt. Kitekintésként a transzperszonális pszichológia és az ellenkultúra helyébe lépő *New Age*-mozgalom kapcsolatáról is írunk.

MI AZ ELLENKULTÚRA?

Az „ellenkultúra” terminust Theodore Roszak amerikai szociológus és filozófus alkotta meg, és a három héttel a híres woodstocki fesztivál után, 1969 szeptemberében megjelenő könyvével (*The Making of a Counter Culture: Reflections on the Technocratic Society [Egy ellenkultúra megalkotása: tünődések a technokrata társadalomról]*) dobta be a köztudatba. Roszak tézise szerint a tudomány által

dominált modern társadalom visszaszító, lélektelen és represszív. Az ellene fellépő legkülönbözőbb ifjúsági mozgalmak pedig – a lázadások a campusokon, a civiljogi mozgalmak, a rockzene, a pszichedelikumok használata etc. – egy közös szellemből táplálkoznak, és elég szoros kapcsolatban állnak egymással ahhoz, hogy egy új kultúra elemeinek tekintsük őket. Roszak úgy látta, hogy ez a lázadó, antiracionális „ellenkultúra” egy új, humánus és termékeny civilizáció alapját vetheti meg.

Annak ellenére, hogy Roszak tézise ideologikusnak tűnhet, meglepően pontosan ragadja meg azokat a változásokat, amelyek a hatvanas években Amerikában végbementek. Az évtized közepére ugyanis néhány év alatt kifejlődött egy addig nem látott erejű ifjúsági szubkultúra, amely a szeretet és a spiritualitás (transzcendencia) immateriális értékeit hirdeti, továbbá az érzékiség, a könnyű drogok és nem utolsósorban a pszichedelikus szerek kultuszát propagálja a fogyasztói társadalom elgépiesedett, dehumanizálódott világával szemben. A vallási kínálat is kibővült, multikulturálissá válik, indiai guruk és japán zen mesterek közvetítik a hindu és buddhista tradíciót az amerikai fiatalok számára.

Mindezeket a témákat a *Hair* című musical 1967-ben populáris módon foglalja össze, és az ereje teljében lévő ellenkultúrát mint egy bombát hajítja be az amerikai kulturális szcénába. A *Hair* középpontjában a naiv farmerfiú, Claude Bukowski találkozási áll a hippikultúrával. A sokkoló élmény hatására Bukowski – aki helyett végül is a hippibanda vezére, George Berger hal meg a vietnámi háborúban – szabadabbá, nyitottabbá és érzékenyebbé válik. A *Hair* metaforikusan fejezi ki azt a küldetés tudatot, amellyel az ellenkultúra lépett fel az amerikai establishmenttel szemben az amerikai társadalomért és kultúráért vívott szabadságharcában. A *Hair*-ben felvillan ugyanakkor egy olyan mozzanat is, amely csak azt követően virágzik majd ki az amerikai kultúrában, hogy a hetvenes évek elején az ellenkultúra átadja a helyét a *New Age* mozgalmának. A musical bevezető dala a Halak (asztrológiai toposzként a kereszténység, a racionalizmus és a tudomány korszaka) helyébe lépő Vízöntő korszakát – a szinkretikus spiritualizmus, a miszticizmus és okkultizmus korát – hirdeti ki és ünnepli diadalmasan.³

A hatvanas évek elejét optimista hangulat jellemezte, a gazdasági, társadalmi és politikai változások egyaránt derűlátásra adtak okot. A reálbérek immáron három évtizede töretlenül emelkedtek, az egyetemi oktatás a háború után tömegessé vált, a nők munkába állása és a fogamzásgátló eszközök elterjedése a szexuális erkölcsök liberalizálódását hozta magával. Kötöttségektől mentesebb viselkedési szokások alakultak ki, a televízió megjelenése, a baby boomerek relatív számbeli fölénye pedig megkönnyítette és felgyorsította az új minták elterjedését. Azt, hogy a világ jobbá, szabadabbá, humánusabbá tehető, a polgárjogi mozgalmak átütő sikerei bizonyították. A fiatalok látványos akciókkal szereztek érvényt a gyakorlatban a faji szegregációt tiltó törvényeknek, buszpályaudvar-

kon, éttermekben és mozikban; a népszerűtlen vietnámi háború elleni hatalmas tüntetések intenzív közösségi élményt biztosítottak, egyúttal az erő érzetét táplálták a résztvevőkben.

Radikálisan leértékelődik a társadalmi intézmények, a család, a hadsereg, a politikai elit és végül a tudomány tekintélye is, mi több, a tekintély fogalma maga válik gyanússá. A társadalmi beilleszkedés *passé*, nem az egyén beteg, aki nem alkalmazkodik, hanem maga a társadalom neurotikus, amihez nem is szabad hozzáidomulni, mert megnyomorítja a konformitást elfogadó egyént.

AZ ELLENKULTÚRA ROMANTIKUS ÉRTÉKRENDJE

Mint Charles Taylor, a neves kanadai eszmetörténész rámutat, az ellenkultúrával egy olyan értékrend jutott el a tömegekhez, amely másfél évszázaddal korábban a *romantika mozgalmával* jelent meg a nyugati kultúrában, a 20. század elejére pedig már elterjedtnek volt mondható a német és angol magas értelmiség köreiben.⁴ (Hasonló kapcsolatot lát a romantika és az ellenkultúra között Martin Doorman és Rüdiger Safranski is.) Az új értékrend elterjedésére utal Virginia Woolf, amikor ezt írja a Mr. Bennett és Mrs. Brown-ban: „1910 decemberében, vagy akkortájt valamikor az emberi jellem átalakult.”⁵ Taylor az *autenticitás* fogalmában foglalja össze ezeket az értékeket: egyediségünk megtalálása és artikulálása, az érzelmek hiteles megélése és kifejezése, a képmutatás elutasítása, a társadalmi konvenciók megnyomorító hatása elleni lázadás, önmegvalósítás, kreativitás, spontaneitás. A történelem folyamán a hatvanas évek Amerikája biztosította először azokat a kulturális és gazdasági feltételeket, amelyek lehetővé tették, hogy az autenticitás értékrendje a művészi és társadalmi elitnél szélesebb körben is elterjedjen.

A konformizmus elutasítását az előző évtized kritikai társadalomtudománya és szépirodalma készítette elő. Adornóék feltárták a tekintélyelvű személyiség patológiáját (1950), C. W. Mills marxista szociológiája és a Frankfurter Iskola emigránsainak, Adornónak, Max Horkheimernek, Erich Frommnak és Herbert Marcusénak a fogyasztói társadalom kritikáját nyújtották, Camus és Sartre egzisztencialista filozófiája az elidegenedés problémáját exponálta, White *Organization Man*-je (Szervezetember), Erich Fromm *The Sane Society*-je (Az egészséges társadalom) és Gordon Allport *Az előítélet* című könyve a konformizmus kritikáját kínálta, ahogyan az olyan regények is, mint Kerouac *Útonja* vagy Salinger *Zabhegyezője*. A hatvanas évek elején megjelenik két ugyancsak fontos regény hasonló tematikával, Hellertől *A 22-es csapdája* (1961), Kesey-től pedig a *Száll a kakukk fészkére* (1962).

Aldous Huxley brit író, hamarosan maga is az ellenkultúra egyik fontos alakja, *Sziget* (1962) című utópisztikus regényében felvetíti az összes fontos témát, amely a következő években megjelenik az ellenkultúrában. Az egyik

szigetlakó így látja az egyén és a társadalom viszonyát: „[...] mi a helyzet magával a társadalommal, amelyhez ugyebár alkalmazkodni kellene? Őrült az a társadalom, vagy éppen normális? És legyen akár normális, helyes, ha bárki is *teljes mértékig* alkalmazkodik hozzá?”⁶ Pala szigete olyan, mint egy hippitópia. Pala ideális országában, hála a történelmi fejlődés szerencsés véletleneinek és néhány bölcs vezetőjének, egyenlőség uralkodik, elutasítják az ipari civilizáció termékeit. Amikor Will Farnaby, a főszereplő brit újságíró megkérdi, hogy vonzóak találják-e az iparosítás, a televízió és általában a fogyasztási cikkek által kínált lehetőségeket, ezt a választ kapja: „Miért akarna bárki egy gazdag, jó és végtelenül izgalmas dolgot becsereálni valamire, ami rossz, szűkölködést hoz és unalmas? Mi nem vágyunk a maguk motorcsónakjaira, sem a maguk televíziójára. Még kevésbé a háborúikra és forradalmaikra, [...] a Rómából, Moszkvából vagy tudom is én honnan származó metafizikai nonszenszre.”⁷ A *Sziget* szembeállítja a külvilágból érkező főhős neurotikus, torz, boldogtalan, cinikus és erkölcstelen világát, sivár, szeretet nélküli gyermekkorát Pala boldog, kiegyensúlyozott, őszinte, tiszta és komoly társadalmával és lakóival. A sziget lakói harmóniában élnek a természettel és önmagukkal, képmutatás és büntudat nélkül szeretkeznek a tantrikus jóga tradíciójából merítve, a szeretkezést nem csupán élvezetként gyakorolva, hanem spirituális eszközként is alkalmazva. Ha pedig még mélyebb spiritualitásra vágnak, azt egy általuk nemesített pszichedelikus gomba, a *moksha* biztosítja számukra. A *moksha* szanszkrit szó, „szabadulást” jelent, itt a látszatvilágtól, az illúzióktól való szabadulást, amely lehetővé teszi a világ mély alapjainak a misztikus élmény útján történő megragadását. Továbbá lehetővé teszi a méltóság nélküli, félelem nélküli halált is. Dr. Robert haldokló felesége a moksha segítségével távozik a földi világból, ahogyan egy évvel a regény megjelenése után Huxleynek is az LSD övezte fel spirituális jelentéssel saját halálát.

A faji szegregáció feletti látványos győzelem, a vietnámi háború elleni tüntetések, a Berkeley 1964-es elfoglalása, az 1967. januári (második) San Franciscó-i Human-Be-In, majd fél évvel később a „Szeretet Nyara”, legfőképpen pedig az 1969-es Woodstocki Fesztivál, minden idők legjelentősebb rockfesztiválja mutatta meg az új szubkultúra erejét. Woodstock a nemzedéki azonosságot biztosító zene, a felszabadult érzékiség, az utópista idealizmus, a spiritualitás, valamint a nyíltan vállalt illegális kábítószer-fogyasztás bacchanáliája volt. A fiatalság értékének ideologikus hirdetése a német romantikára emlékeztetett, Novalis és a romantikusok első nemzedéke tulajdonított ilyen erőt fiatalságának.⁸ (Egyesek szerint mellesleg a hippizmus megszületéséhez hozzájárult a múlt századforduló német ellenkultúrája, a *Wandervögel*-mozgalom exportja Amerikába.)⁹

A HIPPIMOZGALOM MINT A HARMADIK NAGY ÉBREDÉS

A hatvanas évek ellenkultúrája, „a Harmadik Nagy Ébredés” spirituális hulláma az amerikai történelemben, ahogyan Tom Wolfe nevezi, a huszadik század egyetlen olyan tömegmozgalma, amelyben jelentős szerepet kapott a transzcendens élmények keresése, ráépülve az amerikai társadalom európaiak számára szinte elképzelhetetlenül erős vallásosságára, a pszichedelikumok használatával és a keleti vallások és azokhoz kapcsolódó spirituális technikák (elsősorban a jóga és a meditáció) felé nyitással együtt. Taylorhoz hasonlóan Wolfe is úgy látja, hogy az ellenkultúrával a tömegekhez ért el valami, ami korábban a társadalmi elit kiváltsága volt. Míg azonban Taylor az autenticitásáról beszélve a folyamat pozitív oldalát emeli ki, Wolfe érezhető ambivalenciával írja le az ellenkultúrát. Egyrészt a nárcizmus hihetetlen erejű fellángolását látja benne, a viszolygást keltő önimádatot, valamint a promiszkuitást és az infantilis önzést. Másrészt szimpatizál a mozgalom spirituális szenzibilitásával, amelyet az amerikai spirituális tradíció folytatásának tekint.

A hagyományos egyházak az ötvenes évek végétől kezdődően jelentős erőfeszítéseket tettek arra, hogy visszahódítsák a tőlük elpártoló városi fiatalságot, ezek a próbálkozások azonban nem jártak túl sok sikerrel. Ami spirituális szempontból hatott a fiatalokra, mondja Tom Wolfe, az meglepő módon

olyasvalami volt, amihez az egyházaknak semmi, de semmi közük nem volt: nevezetesen a pszichedelikus vagy hippimozgalom. A hippik miatt a vallás hirtelen „menő” dologgá vált. Nagyon kevés ember állt be hippinek vallásos buzgalomtól vezérelve, azonban sokan közülük abszolút vallásosan jöttek ki onnan. Ne becsüljük le az „LSD” nevű drog erejét! Az LSD-élmény rendkívül könnyen öltötte magára valamilyen vallásos vízió alakját, különösen akkor, ha az „utazó” olyanok között volt, akiknek ugyancsak megvolt erre az igényük. [...] Sokan, anélkül hogy tudták volna, nagyszülei és dédnagyszülei vallási lázát élték át újra. [...] A hippik vallásosak voltak, ugyanakkor kétségtelenül „menők”.¹⁰

A hatvanas évek oly nagy sajtóvilvánosságot kapott pszichedelikus hippikommunáinak jó része a következő évtizedben átalakult, és egyre inkább vallásos jelleget öltött. A 70-es években például

egy felettébb meglepő, Jézus Népé-nek nevezett mozgalom kezdett terjedni az egész országban. Eredetileg szinte minden tagja fiatal „savabáló”, azaz LSD-használó volt, aki később letette a drogot, [...] de továbbra is vágyott a pszichedelikus vagy hippielet eksztatikus spiritualitására. Ezt pedig abban a fundamentalista, eksztatikus protestáns kereszténységben találta meg, amely most meglepő módon újraéledt Amerikában.¹¹

A hatvanas évek két legkedveltebb hallucinogénje, az LSD és a pszilocibin, előtt már létezett egy olyan pszichedelikum – nevezetesen a *meszkalin* – a nyu-

gati kultúrában, amelyet 1919 óta szintetikus úton is elő tudtak állítani, vagyis a szer viszonylag olcsón és könnyen hozzáférhető volt. Ne feledkezzünk azonban meg az MDMA-ról sem, az ezredforduló diszkódrogként (*extasy*) elhíresült hallucinogénjéről, amelyet 1912-ben alkotott meg egy osztrák vegyész. A szer több mint hat évtizeden át „lappangott”, s csupán a hetvenes évek végének Kaliforniájában vált önismereti és terápiás eszközzé. Végül megemlíthetnénk a DMT-t is, amelyet 1931-ben állítottak elő szintetikus úton, de csak 1954-ben fedezte fel Magyarországon Szára István *enteogén* (spirituális-mitikus fantáziákat kiváltó), „hallucinatorikus” hatását. A peyote és a meszkalin ugyancsak nem tudott kilépni a művészvilág keretei közül egészen az ötvenes évek végéig. Mindez arra utal: a társadalmi tényezők döntő szerepet játszanak abban, hogy a pszichedelikumok elterjednek-e egy adott kultúrában vagy sem. A megfelelő feltételeket pedig az ellenkultúra biztosította.

Az LSD és más pszichedelikumok, valamint az ellenkultúra spirituális szenzibilitása jelentős szinergiát biztosítottak egymásnak. Ahogyan nőtt az ellenkultúra népszerűsége és öntudata, úgy nőtt a hajlandóság a pszichedelikumokkal való kísérletezésre, ezen belül „a vallásos kísérletezésre”, vagyis a pszichedelikumokban rejlő spirituális lehetőségek felderítésére, ahogyan erre már egy 1963-ban megírt jelentésében figyelmeztet a CIA egyik ügynöke. Huxley, Ginsberg, Leary és mások „romantikus dicsfényben fürdették az LSD használatát, a tudattágítás, a gyönyör és a vallásos ébredés eszközként avatták a szert”.¹² Dr. Robert, Pala már idézett vezetője, így méltatja Huxley regényében a pszichedelikus élményeket:

*Még ha saját magukon kívül nem is vonatkoznak semmire, ezek a legfontosabb dolgok, amelyek valaha megtörténnek az emberrel. Mint a zene, csak sokszoros nagyításban. És ha valaki ad egy esélyt ezeknek az élményeknek, ha készen áll, hogy egy darabon velük tartson, az eredmény is sokkal inkább meghatározó jelentőségű, mint a zene esetében. Tehát meglehet, hogy az egész az ember koponyáján belül történik [...] Kit izgat? Attól még az élmény, amelyben ilyenkor részünk van, felnyithatja a szemünket, a hatása igencsak áldásos lehet, átalakíthatja az egész életünket.*¹³

(A spirituális élmény és a műalkotások élvezete közötti hasonlóságot dolgozza ki ez idő tájt a kor egyik nagy filozófusa, a magyar származású Polányi Mihály is.) A *Sziget* utolsó fejezete azt sugallja, hogy a pszichedelikumok megismerésének legjobb módja nem az óvatos kísérletezés, hanem a vallásos extázis félelem nélküli keresése. A sors iróniája, hogy Huxley ezzel a vonzó és érdekes kései utópiájával, amelyet a hippimozgalom programadó regényének tekintett, szándékaival ellentétes hatást ért el. Ginsberggel, Learyvel és az LSD többi népszerűsítőjével szemben ugyanis az angol író úgy gondolta, hogy a szert a művészi és kulturális elit számára kell fenntartani, és nem szabad megengedni, hogy „a tömegek” fogyaszthassák. A hatvanas évek második felében ki-

alakult LSD-abúzusra gondolva azt kell mondanunk, Huxley elitista felfogásában volt ráció.

A HUMANISZTIKUS PSZICHOLÓGIA
MINT „HIPPI PSZICHOLÓGIA”:
„CSÚCSÉLMÉNYEK” ÉS A „FELTÉTEL NÉLKÜLI
ELFOGADÓ SZERETET”

Az ellenkultúra romantikus idealizmusa, naiv optimizmusa tudományos alátámasztást kap a kor nevezetes pszichológiai mozgalmától, a *humanisztikus pszichológiától*. A humanisztikus pszichológia fellépése idején a pszichológia két uralkodó irányzata már évtizedek óta a pszichoanalízis és a behaviorizmus volt. Ez a két irányzat, bár más-más eszközökkel, de egyformán kétségbe vonta önünk autonóm, szabad voltát. „Az én nem úr a maga házában” – hirdette Freud a tudattalan ösztönkésztetések domináns szerepére utalva a „gyöngye, erőtlen és kiszolgáltatott” tudatos énnel szemben, a behaviorizmus pedig nem csupán a tudatos lelki tartomány jelentőségét bagatellizálta, hanem a lélek egész birodalmát nemlétezőnek nyilvánította. „Eljött az idő, amikor a pszichológiának fel kell hagynia minden, a tudatra vonatkozó utalással, amikor a pszichológiának már nincsen szüksége rá, hogy azzal áltassa magát: a mentális állapotok a megfigyelés tárgyát képezik” – írta John B. Watson, a behaviorista pszichológia megalapítója 1913-ban.¹⁴ E két erősen redukcionista, az emberi szabadságot megkérdőjelező pszichológiai irányzattal szemben az ötvenes évek második felében a humanisztikus pszichológia képviselői a determináció helyébe a szabadságot, a spontaneitást és a kreativitást állították. „A pszichológia »harmadik ereje« – jellemzi a mozgalmat Irvin Yalom – [...] az egyén holisztikus, humanisztikus szemléletét hangsúlyozta. [...] Egy sor pszichológus, többek között Maslow, Allport, Fromm, May, Perls, Rogers és Bugental (háttérükben az egzisztencialista filozófiával – Nietzsche, Sartre, Tillich, Heidegger, Husserl) fellázadtak a behaviorizmus mechanisztikus modellje és az analitikus elmélet determinizmusa és redukcionizmusa ellen. Hol van a tudatosság, az akarat, a döntés, a felelősség, a lét alapvető és tragikus dimenzióinak felismerése és az ebből fakadó nyugtalanság?” – kérdezik.¹⁵ A humanisztikus pszichológusok, bár nem álltak közvetlen kapcsolatban az európai romantika nemes hagyományával, nem hivatkoztak Novalis, Schelling vagy Schiller műveire, mégis olyan idealista és optimista antropológiát alkottak, amely Rousseau-hoz és német követőikhez hasonlóan az embert természete szerint jónak látta, olyan lénynek, aki önmegvalósításra, individuális sajátosságainak és érényeinek a kibontakoztatására törekszik.¹⁶

„FULLY HUMAN” – ABRAHAM MASLOW¹⁷

A mozgalom megalapítója és Carl Rogers mellett a legfontosabb alakja az ízívérig elméleti kutató, Abraham Maslow (1908-1970) volt, akit utópisztikus látásmód és merész eredetiség jellemezett. Maslow-ra jelentős hatást gyakoroltak azok a német emigráns pszichológusok, akikkel New Yorkban személyesen is megismerkedhetett, elsősorban Max Wertheimer, a Gestalt-pszichológia megalapítója, Alfred Adler, a pszichoanalízis Jung utáni legoriginálisabb diszszidense, valamint a New York-i William Alanson White Institute neofreudistái, Karen Horney, Erich Fromm, illetve az originális elméletalkotó amerikai pszichiáter, Harry Stack Sullivan. Habár ezek a hatások fogalmi szinten nem jelennek meg Maslow elméleteiben, szemléletében annál inkább érzékelhető. Maslow-nál az ember szabad, tudatos, értelemre törekvő lény, akinek viselkedése nem homeosztatisz jellegű, nem a feszültségredukció ösztönzi, hanem magasabb célok, az önmegvalósítás, a szeretet, a kreativitás és nem utolsósorban a spiritualitás hajtóerői irányítják. Maslow 1959 decemberében egy levelezőlistát indít el olyan pszichológusok (Gordon Allport, Carl Rogers, Paul Goodman, Erich Fromm, Rollo May), szociológusok (Lewis Mumford, David Riesman), írók (Aldous Huxley), teológusok (Paul Tillich) számára, akik nem fogadták el a determinisztikus pszichoanalitikus és behaviorista antropológiákat.¹⁸ Néhány éven belül az eredeti listán szereplő 175 név köré szerveződik majd a humanisztikus pszichológia mozgalma.

Maslow a humánológia egyik megteremtője, Harry F. Harlow tanítványaként főemléskutatással kezdi tudományos pályafutását, majd belemélyked a kulturális antropológiába is, a Franz Boas által alapított iskolához tartozó Ruth Benedict tanítványa és barátja lesz.¹⁹ A „veleszületetten jó” emberi természet eszméjéhez Maslow evolúciós alátámasztást keres. Állatkertben végzett megfigyelései alapján úgy véli, az alacsonyabb rendű fajoktól eltérően a magasabb rendű főemlősök, a csimpánzok és a gorillák primér módon nem agresszívek, nem versengők, hanem kooperatívak.²⁰ 1943-ban alakítja ki a „csúcsmérenyek” fogalmát: olyan élmények ezek, amelyek rendkívül ritkák, *megrendítő erejűek és tartós hatásúak, új Gestaltba, új alakzatba rendezik át addigi életszemléletünket, voltaképpen a vallásos megtérésre emlékeztetnek.*²¹ 1954-ben jelenik meg Maslow *Motivation and Personality* című könyve, amelyben kifejti: a gyerek szabadnak, spontánnak, altruistának, szeretettel telinek születik, és csupán a kedvezőtlen társadalmi hatások miatt veszíti el kreativitását, magasabb rendű motivációit és kooperatív hajlamait.

Maslow legfontosabb mondanivalója a freudi és behaviorista homeosztatisz, drive-redukciós teóriákkal szemben megfogalmazott „kétszintes” motivációelmélete volt. Maslow megkülönböztíti egymástól a „hiányszükségleteket” (*H-szükségletek*) és az emberi léthelyzetből fakadó, specifikusan humán jellegű, *egzisztenciális* létszükségleteket (*E-szükségletek*)²². A H-szükségletek az

éhség, a szexualitás, a biztonság és a szeretet igénye. A H-szükségletek telítődése után a viselkedés irányítását az E-szükségletek veszik át: szabadság, értelem, önmegvalósítás, kreativitás, altruizmus és a spirituális élménymódok szükségletei. A specifikusan emberit az E-szükségletek jelentik, „egészen emberi” (*fully human*) szintre csak akkor lép fel az egyén, ha ezek vezérlik viselkedését. Az E-szükségletek evolúciós szempontból újabb szerzemények, ezért könnyen elnyomhatók, a fejlett ipari társadalmak gazdasági potenciálja azonban lehetővé teszi, hogy a H-szükségletek szintje az átlagembernél is telített legyen.

Bár Maslow látszólag nagy jelentőséget tulajdonít az erkölcsnek, részben leveszi a morális választás súlyát az egyén válláról, hiszen az evolúció már eleve biztosította az emberi faj számára a kooperatív viselkedés adottságát, az ember ezért természetből fogva jó, ha pedig a gazdasági fejlődés szintje lehetővé teszi a H-szükségletek telítődését, akkor ez a potenciál ki is fog bontakozni. Maslow szerint a hagyományos pszichológia hibát követett el azzal, hogy csupán a tudattalan ösztönkésztetések uralma alatt álló beteg embert tanulmányozta (pszichoanalízis), vagy pedig az inger-válasz kauzalitása által uralt állati viselkedést (behaviorizmus). Az E-szükségletek ezen az úton nem közelíthetők meg, új metodológiára van szükség, a pszichológiai vizsgálatások súlypontját nem a beteg, hanem a legjobban funkcionáló, az önmagukat megvalósító emberek tanulmányozására kell áthelyezni, mivel őket már az E-szükségletek vezérlik. Maslow többek között Einsteint, Albert Schweitzert, a már említett Gestalt-pszichológus Max Wertheimert és a kultúranropológus Ruth Benedictet, valamint Eleanor Rooseveltet sorolta ebbe a kategóriába, melynek aránya becslése szerint a teljes populáció 2%-a. A többieknél a kedvezőtlen családi környezet, a nem megfelelő társadalmi intézményrendszer és értékrend megakadályozza az E-szükségletek szintjére való fellépést.²³

Maslow-t 1968-ban az Amerikai Pszichológiai Társaság elnökévé választják. A hatvanas évektől kezdődően ugrásszerűen növekvő népszerűsége egyértelműen összekapcsolódott a pszichedelikumok fogyasztásának tömegméretűvé válásával, mivel a csúcselményekről adott leírásai alkalmasak voltak az LSD, a pszilocibin, a DMT és más hallucinogének által kiváltott tudatállapotok megragadására.²⁴ Maslow ugyanakkor semmiképpen nem igyekezett megnyergelni a drogok népszerűségét, ez inkább aggodalommal töltötte el. Leary meglehetősen közeli kapcsolatban állt vele, soha nem tudta azonban rávenni idősebb kollégáját, hogy tudatmódosítót vegyen be. Maslow csúcselmény-fogalma nem a pszichedelikus élményt, hanem az ehhez hasonló, az átlagember életében nagyritkán spontán módon is bekövetkező kvázi-misztikus teljesség-élmény kognitív-érzelmi komplexumát próbálta megragadni.

ROGERS ÉS AZ ENCOUNTER-MOZGALOM

Míg Maslow az akadémikus pszichológia közegéből lépett a humanisztikus pszichológia porondjára, az irányzat másik alapító atyja, Carl Rogers (1902-1987) a klinikumból és a tanácsadásból érkezett. Maslow-val szemben Rogers ízig-vérig gyakorlati alkat, emberképe ugyanakkor különös módon még a Maslow-énál is idealistább és optimistább.²⁵ 1947-ben az Amerikai Pszichológiai Társaság elnökévé választják, mint 21 évvel később Maslow-t, 1956-os vitái pedig, amelyeket Skinnerrel, a behaviorizmus pápájával folytatott, előkészítették a humanisztikus pszichológia áttörését.

A Rogers által létrehozott terápiás irányzat élesen szembefordult a negyvenes-ötvenes évek autoriter pszichoanalitikus technikáival. Freud legfontosabb technikai újítása az volt, hogy a természetes beszédhelyzetet igyekezett „sztenderdizálni”, korlátok közé szorítani. A pszichoanalitikus diád-, vagy „díványhelyzet” mesterséges, preparált kommunikációs szituáció, amely módszertani szempontból a természettudományok adatgyűjtése és a hétköznapi beszédhelyzet között helyezkedik el – jóval közelebb van azonban az utóbbihoz.²⁶ Rogers azt a medikalizált és redukált kommunikációs helyzetet, amellyel Freud – némi szcientista felhanggal – létrehozta, *megteremtette a pszichoterápia kereteit és lehetőségeit*, ismét a normális dialógus felé közelíti, nem hajlandó diagnózisokat felállítani, pácienseit *klienseknek* hívja, ezzel is jelezve a terapeuta és a páciens közötti szimmetriát, elengedhetetlennek tartja a terapeuta transzparenciáját, valamint a feltétlen elfogadás pozitív érzelmi légkörének kialakítását. A pszichoanalízis múlt-centrikusságával szemben Rogers az „itt és most” fontosságát emelte ki.²⁷

	ORTODOX PSZICHOANALÍZIS	SZEMÉLYKÖZPONTÚ TERÁPIA
TEMPORALITÁS	A múlt meghatározó jelentőségű	Az „itt és most” jelentősége
TERÁPIÁS HIERARCHIA	Alá-főlé rendeltség	Szimmetrikus viszony
SZEMÉLYESSÉG	A terapeuta személytelen neutrális, egy vetítő ernyő szerepét játssza a páciens projekciói számára	A terapeuta transzparens nyílt, őszinte, érzelmeit közli a klienssel, mintaként szolgál számára a nyílt kommunikációhoz
A VÁLTOZÁS ESZKÖZE	Az értelmezés	A feltétlen, pozitív elfogadás
A METODOLÓGIA	Szcientista, reduktív: a terapeuta saját elméleti rendszerébe foglalva értelmezi a páciens által hozott anyagot	Fenomenológiai: A terapeuta behelyezkedik a kliens élményvilágába, a kliens fogalmaival értelmezi a kliens vágyait, aspirációit, félelmeit
MEDIKALIZÁCIÓ	A terapeuta diagnózisokat állít fel	A terapeuta kerül a diagnózisokat

Rogers 1940 és 1960 között az egyéni terápiában fejlesztette ki elméletét és gyakorlatát. A csoportterápiának a nem klinikai, önismereti módjával csak viszonylag későn, 1963-ban találkozunk, amikor 61 évesen Kaliforniába költözik,

és ott megismerkedik a Fritz Perls, William Schutz és mások által kifejlesztett csoporttechnikákkal (lásd később). Néhány év elegendő azonban számára, hogy saját képére formálja ezeket a módszereket, és a *T-csoportok*, vagy ahogyan ő maga elnevezi majd ezeket a csoportokat, *encounter-csoportok* – Perls utáni – legnagyobb mesterévé váljon. Az *encounter* („találkozás”, „ütközés”) kifejezéssel Rogers arra akar utalni, hogy a csoportokban megtapasztalt rendkívül intenzív töltésű érzelmi együttlét, spontaneitás és szeretetelli elfogadás lehetővé teszik a másik emberrel és saját magunkkal való valódi találkozást.²⁸

Rogers Maslow-nál is radikálisabb, utópisztikusabb, olykor leegyszerűsítő. Maslow emiatt súlyos kritikákkal illeti naplójában:

Túl kevés szociológia, történelem, politológia, közgazdaságtan etc. A társadalmi determináló tényezők nem fontosak neki. Sem az etnológia. Sem magának a társadalomnak a fogalma, amely szükségképpen, inherens módon hozza be az intrapszichés helyzetekbe a hatalmat, a problémákat, a gonosz, az uralom problémáit. [...] Hol van az antiszemitizmus, a rasszizmus Rogers elméletében? És hol van a gyilkosság? A rombolás? Miért örülnek meg az emberek? És válnak neurotikussá?²⁹

Rogerst a nyolcvanas évekig (Maslow 1970-ben meghalt) csakugyan nem érdekelték a társadalmi jelenségek, például a faji előítélet, ahogyan ezt a hatvanas évek második felében a színesbőrű, személyközpontú (a Rogers által alapított iskola) megközelítést alkalmazó terapeuták a szemére is vetik. Rogers szinte mindenhatónak érzi a terápiát, a társas elem pedig eleinte úgy jelenik meg számára, hogy a hatvanas évektől kezdődően egyre inkább a *csoport* közege foglalkoztatja, itt alkalmazza kreatív energiáit. A nyolcvanas években azonban, amikor Amerika érdeklődése elfordul az *encounter-csoportoktól*, Rogers „exportálni” kezdi azokat. A nemzetek szintjére emelkedik érdeklődése, és nagy visszhangot keltő nagycsoportokat tart a Föld különböző pontjain, általában nemzeti és nemzetiségi konfliktusok színhelyein, Észak-Írországon, a Dél-afrikai Köztársaságon, az ENSZ szervezésében Ausztriában, ráadásul itt egymással fegyveres konfliktusban álló közép-amerikai országok diplomatai számára. 1984-ben és 1986-ban Magyarországon jár, elindítva ezzel a hazai *encounter-mozgalmat* – amely az elmúlt 5 évben egyébként újra erősödni látszik –, majd a nyolcvanas évek közepén ellátogat Moszkvába és Lengyelországba is. Az *encounter-csoportok* mozgalmának elindításával Rogers tartósan a saját képére formálta Amerikát, és kicsit az egész világot.

A T-CSOPORTOKTÓL AZ ENCOUNTER-CSOPORTOKIG

A hatvanas-hetvenes évek *encounter-csoportjai* két évtized alatt látszólag nyom nélkül eltűntek. Yalom szerint azonban, bár „a mozgalom elenyészett, kifino-

mult technikája máig fennmaradt, és széles körben alkalmazzák nagyon is létező csoportok”.³⁰ A hatvanas-hetvenes évektől kezdődően „mind a hagyományos vallási intézmények, mind az új szekták sokkal nyíltabban alkalmazták az *encounter*-technikákat”, mint azt felületesen feltételeznénk róluk.³¹ Amerikában ma a legtöbb *vallási szervezethez* tartozó csoport, amely valószínűleg elutasítaná az ellenkultúra szabadosságát, az *encounter*-csoportok által kifejlesztett *viselkedési technikákat és értékeket* alkalmaz, „a strukturált gyakorlatokat és az önfeltárás hangsúlyozását, az érzések azonosítását és kifejezését, valamint a tagok közötti őszinte intimitást”³² tűzi zászlajára.

Az „*encounter*-csoport” kifejezést, állapítja meg Yalom, első ízben „Rogers alkalmazta a tapasztalaton alapuló csoportra a hatvanas évek közepén. Korábban a legelterjedtebb megnevezése a T-csoport volt (T mint tréning az emberi kapcsolatokban)”.³³ De milyenek is ezek az *encounter*-csoportok? Yalom így jellemzi őket:

A csoportméret 8-20 fő között változik – azaz elég nagy ahhoz, hogy ösztönözze a szemtől-szembe interakciót, mégis elég kicsi ahhoz, hogy az összes tag interakcióját lehetővé tegye. Általában véges időtartamúak, gyakran mindössze néhány órába vagy napba sűrűsödnek. Nagymértékben az itt-és-mostra fókuszálnak. Nem tisztelik a társasági etikettet, a szokványos társalgási stílus levetését szorgalmazzák; ehelyett a kapcsolatban az őszinteséget, az érdeklődést, a konfrontációt, az érzelmek fokozott kifejezését és a kitérülést értékelik. A csoport célja gyakran zavaros, meghatározatlan. Esetenként egyszerűen a tapasztalatszerzést hangsúlyozzák: öröm, tudatosság, szórakozás, de sokkal gyakrabban – kimondva vagy kimondatlanul – valamilyen változás felé törnek magatartásban, hozzáállásban, értékrendszerben, életstílusban, önmegvalósításban vagy az egyén viszonyulásában másokhoz, környezetéhez, a saját testéhez. A résztvevőket nem címkezik „páciensnek”, az élményt sem illetik a „terápia” szóval, hanem ehelyett a „fejlődés” kifejezést alkalmazzák.³⁴

A személyiségfejlődésnek ezek az új terei konvencionálisabb csoportokból és oktatási helyzetekből fejlődtek ki, amelyeket eredetileg Kurt Lewin, a nagyszerű, német származású Gestalt-pszichológus, a szociálpszichológia egyik megalapítója alakított ki közvetlenül a második világháború után.³⁵ A következő évtizedben, az ötvenes évek T-csoportjaiban a hangsúly a szociológiáról és a pedagógiáról fokozatosan a pszichológiára tevődött át. A csoportokban kezdtek megjelenni a freudista klinikusok, majd a hatvanas évektől a rogersiánus pszichológusok és tanácsadók. A nyelvezet egyre inkább klinikai lett, és egyre jobban hangsúlyozta a személyközi kapcsolatok jelentőségét. A következő lépés az volt, hogy a T-csoportokat kezdték elválasztani a klinikumtól.³⁶ Az új modellben a T-csoportok klinikai értelemben „*sine morbo*” emberekkel foglalkoztak, akik társadalmi szempontból, külső, objektív mércék szerint sikeresek voltak, „jól funkcionáltak”. Belső világukat azonban feszültség, bizonytalanság jellemezte, és értékkonfliktusok szabdalják fel. Ahogyan Yalom, Rogers és

mások rámutattak, a társadalmi környezet, az erősen kompetitív amerikai kultúra sajátos csapdahelyzetet alakított ki számukra:

A társadalmi környezet a sikeresség és a magabiztosság látszanának fenntartására ösztönöz, arra, hogy [az emberek] elnyomják személyes kételyeiket és bizonytalanságukat, a színlelés pedig elszigeteli, magányossá teszi az egyént. Korlátozza nyíltságát mind önmagával, mind pedig másokkal szemben. A színlelő egyén egyre elszántabban védekezik a látszat-éncéjét fenyegető támadásokkal szemben, és mind hatalmasabb energiákat fektet az intra- és interperszonális elszigeteltség fenntartásába, holott energiáit önmegvalósításra is felhasználhatta volna. Kapcsolatai sekélyesek és örömtelenek lesznek, elnyomja spontaneitását, kerüli az őszinte kitárulkozás lehetőségét és kitér minden konfrontáció elől.³⁷

Ebben a megterhelő érzelmi helyzetben a T-csoport mint *társkapcsolati oázis* jelenik meg a csoporttagok számára. A csoportban más játékszabályok érvényesek, mint a kompetitív, képmutató, érzéketlen, teljesítményelvű, merev és hierarchikus külvilágban. A csoport őszinteséget és nyíltságot kér, megengedi a tagoknak az önbizalom hiányának, a kételkedésnek és a gyengeségnek a vállalását. A csoportba kerülő egyén hamarosan rájön, hogy a látszatok fenntartása szükségtelen, egyben rendkívül fárasztó számára. Míg a kinti világ arra kondicionálja, hogy nagy árat fizet, ha ledobja magáról álarcait, maszkjait és páncéljait, megaláztatásban és elutasításban lesz része, a csoport pontosan ezért, gondolatai és érzései nyílt vállalásáért és kifejezéséért jutalmazza. A csoporttagok újra és újra azt élik át, hogy valódi énjük felfedése után *jobban* elfogadják őket, mint hamis, színlelt éncéjük fenntartása idején. A csoportban kialakuló bizalom lehetővé teszi, hogy a többiek is transzparenssé, „átlátszóvá” váljanak, a tagok tudomást szereznek egymás titkos félelmeiről, kétségeiről és tiltott vágyairól, amitől ezek univerzális jelleget öltenek és megszabadítják a csoporttagokat korábbi elszigeteltség-érzésüktől. A bizalom és az univerzalitás élménye további biztonságot ad és önfeltárássra ösztönöz, a szereplők egyre nagyobb adagokat kapnak a személyesség és az intimitás mámorító gazdagságából.

Az újfajta T-csoportok vezetői valamikor a hatvanas évek elején rádöbbennek: „[A] csoportterápia túl jó ahhoz, hogy csak a nyilvánvalóan beteg személyekre korlátozzák. Az embernek nem kell betegnek lennie ahhoz, hogy jól érezze magát.”³⁸ A hatvanas évek első felére jelentős átmenő forgalom alakul ki a T-csoportok és a klinikai terápiás csoportok között. Számos encounter-csoportvezető „arra a következtetésre jutott, hogy ők pszichoterápiát – sőt, valójában egy hatékonyabb, gyorsabb változatot – folytatnak, és szolgáltatásaikat ennek megfelelően hirdették” – állapítja meg Yalom.³⁹ Egyre konfrontatívabb és radikálisabb technikák bukkantak fel. Számos *encounter*-vezető úgy vélte:

[H]a önmagunk feltárása hasznos a csoportban, akkor a teljes, azonnali, feltétel nélküli lemeztelenedés még hasznosabb kell legyen. Ha a részvétel üdövízt, akkor a prolongált, fo-

*lyamatos, maratoni részvétel még üdvözítőbb. Ha érzelmeink kimondása felszabadító hatású, akkor a sértetetés, az érintés, tapintás, ölelés, csókolás és gátlástalan egyesülés még felszabadítóbb. Ha a csoportélmény hasznos, akkor az használ mindenkinek, helyzettől, kortól függetlenül. Ezek a túlkapások gyakran a közízlést is sértették, és amint azt a felmérések mutatták, a résztvevőket is feszélyezték.*⁴⁰

A hagyományos mentálhigiénés szakemberek egyre növekvő aggodalommal figyelték a változásokat. Szakmai és etikai aggályok egyaránt felmerültek bennük, „sürgetni kezdték a helyi hatóságokat, hogy törvényileg szabályozzák az *encounter*-csoportok működését”, és a nem megfelelő irányú következményekért vonják felelősségre a csoportvezetőket.⁴¹ Ezek a válaszok jórészt jogos reakciók voltak az *encounter*-csoportok túlzásaira, a csoportvezetők „rohamunka-mentalitására”, amely szerint, ha valami jól működik a csoportokban, akkor a „több belőle” még jobb lesz.

„ÉN ÉN VAGYOK” – ESALEN ÉS AZ ELLENKULTÚRA TÚLKAPÁSAI

Vajon hogyan alakultak ki ezek a túlzások és mi táplálta az irreális elvárásokat a személyiségfejlődés lehetséges tempójával és mélységével szemben? Az *encounter*-csoportok túlzásai ugyanabból a forrásból táplálkoztak, mint a humanisztikus pszichológia, az ellenkultúra, valamint a pszichedelikumok csábító varázsa. Mindezek a mozgalmak kifejezték, egyúttal táplálták is a hatvanas évek idealista optimizmusát, naiv, utópisztikus elgondolásait: csak merni kell, és egy csapásra tisztább, ugyanakkor érzékibb, érdekesebb, ám tartalmasabb, kreatívabb és spirituális értelemben is mélyebb életet élhetünk. Az ellenkultúra az elfojtások és a kényszerek szükségtelen, de legalábbis végletesen eltúlzott voltát hangsúlyozta, és megpróbálta az egyént minden társadalmi és családi béklyó, szexuális és társas felelősség alól felszabadítani. Tom Wolfe az ellenkultúra egomániájára utal, amikor „az Én-évtizednek” kereszteli el a hatvanas évek második és a hetvenes évek első felét. Én, én és én, az én vágyaim, az én szórakozásom, az én fájdalmaim és gyönyöreim, és természetesen az én csodálatos pszichedelikus látomásaim. Nem vállalok szolidaritást senkivel, csupán önmagammal. Ez volt a hippik szeretetvallásának – amelyet a virággyerekek fennkölt szavakkal, olykor fensőbbségesen hirdettek, és amelyből oly keveset váltottak a cselekedetek aprópénzére – a fonákja. Elég volt fél évtized, mondjuk 1969 és 1974 között, hogy az ellenkultúra eredeti tiszta, önzetlen, komunitárius céljai korrumpálódjának. Az előző évtized forradalmi hangulata a hetvenes évek elején gyorsan elszivárgott, Woodstock és az ellenkultúra témái kommercializálódtak, s a drogok kivételével a *mainstream* kultúra részévé váltak. Az altruista, tiszta törekvések helyén elsősorban az önmegvalósításhoz és a hedonizmushoz való görcsös ragaszkodás hamuja marad, még

a szexuális forradalom felszabadító eszméje is sivár hedonizmust hagy maga után, „fogyasztás és erotika felcserélhető fogalmakká váltak, [...] a kultúripar pervertálja az egyének által hajszolt romantikus szerelmet, amit jól szimbolizálnak a televíziós reklámblokkok és a monoton szoftpornó”.⁴² A pszichológiát illetően jól látszik ez a hanyatlás a humanisztikus pszichológiát felváltó transzperszonális pszichológiával (lásd később).

Az „Én-évtized” nem csupán a humanisztikus pszichológiának kedvezett, hanem még inkább kapóra jött az ellenkultúra túlzásait jobban kiszolgáló más pszichológiai irányzatoknak, mozgalmaknak és technikáknak, különösen az *encounter*-csoportok azon vadhajításainak, amelyekről Yalom írt. A hatvanas-hetvenes évek fordulóján több száz olyan bentlakásos pszichológiai központ jött létre Amerikában, amelyek az „emberi természet”, de legalább a workshopokra jelentkezők személyiségének a megváltoztatásán munkálkodtak. Közülük a legjelentősebb *Esalen* volt, a humanisztikus pszichológia, az *encounter*-csoportok és a *Human Potential Mozgalom* Mekkája.

Esalen aranykora a hatvanas évek második felében, majd válsága a hetvenes évek elején *pars pro toto* fejezi ki az „Én-évtized” elfajulását. Az *Esalen* Intézetet 1962-ben hozta létre két gazdag családból származó volt harvardi egyetemista, Richard Prince és Michael Murphy – Aldous Huxley és felesége, Laura Huxley szellemi támogatásával – azzal a céllal, hogy életformaműhely, a személyiség és az életmód megváltoztatásának szabad kísérleti terepe legyen. *Esalen*, amely a környék őslakos indián törzséről kapta a nevét, Big Surben, a nyugati part művészei által kedvelt üdülőkörzetben terül el 50 hektáron, a Csendes-óceán sziklás partján, megkapóan szép természeti környezetben. A terület 1910 óta Murphy családjának a birtokában volt. *Esalen* hamarosan a formálódó ellenkultúra egyik epicentrumává vált és mágnesként kezdte vonzani az ellenkultúra híveit. A résztvevők az első egy-két évben elsősorban *előadásokat* hallhattak környezetvédelemről, parapszichológiáról, mitológiáról, humanisztikus pszichológiáról, keleti vallásokról, a pszichedelikumokról és más kurrens témákról, joggyakorlatokon és meditációs üléseken vehettek részt. Az előadók az ellenkultúra prominensei képviselői és a kor más ismert szellemi szereplői közül kerültek ki: Virginia Satir, Joseph Campbell, James Hillman, Paul Goodman, Rollo May, Paul Tillich, Elisabeth Kübler-Ross, Maslow, Rogers, B. F. Skinner, Ronald Laing, Gregory Bateson, Huxley, Leary, John C. Lilly, Humphry Osmond, Albert Hofmann, J. B. Rhine, Linus Pauling, Alan Watts, Huston Smith, Ken Kesey, Fritjof Capra, Deepak Chopra, Ray Bradbury, Richard Feynman, Paul Horn, Ginsberg, Carlos Castaneda, Jerry Rubin, Stanislav Grof, Terence McKenna. Számos tudós és terapeuta, pl. Satir, Schutz, Campbell, Grof, Bateson, Watts, Lilly, Perls kutatásait *Esalen* úgy támogatta, hogy hosszabb ideig biztosított számukra, ha nem is mindig nyugalmat, de szállást és ellátást mindenképpen.⁴³

A hatvanas évek közepén Esalen szelleme radikálisan átalakul. Az intellektuális programokat egyre intenzívebb és szabadosabb élménylehetőségek szorítják ki: nudista fürdők (a hely természetes hőforrásaival megtöltött hatalmas kádak közönsége néhány hónap alatt meztelenné és koedukálttá változott), szexuális szabadosság, különböző drogok használata a marihuánától a heroinig, pszichedelikus ülések és nem utolsósorban egyre vadabb, egyre konfrontatívabb *encounter*-csoportok a kor két híres, karizmatikus vezetőjével, Fritz Perlsszel és Will Schutz-cal: meztelen csoportok, maraton (24 órás) alvásmegvonásos csoportok, „forró székes” csoportok etc. Esalen közönségének és szellemiségének átalakulása korlátlan szabadságot biztosított Perlsnek és Schutz-nak, amellyel azok visszaéltek. Mindkét terapeuta brilliánsan tehetséges volt, jelentős szerepet játszottak abban, hogy a Kurt Lewin-féle T-csoportok higgadt, ám unalmas légkörét a hatvanas évek elején az *encounter*-csoportok rendkívüli érzelmi intenzitása váltotta fel. A két sztárterapeuta azonban akkora egóval, olyan önimádatlással és gátlástalansággal rendelkezett, amelyhez képes még Timothy Leary is jól nevelt cserkészfiúnak tűnt csupán. Schutz jó nevű kutató és terapeuta volt, amikor Murphy Esalenbe csábította. A *genius loci* azonban nem volt rá túl jó hatással. Maslow, aki maga is gyakori előadó volt Esalenben, naplójában megjegyzi: „Schutz Esalenbe költözése intellektuális nyereség lehetett ugyan Esalennek, Schutz számára azonban veszteség volt, mivel gyorsan átvette a hely excentrikus szokásait.”⁴⁴ Tom Wolfe említett esszéjében így írja le Schutz csoportjait: „Az *encounter*-ülések, különösen Schutz változatában, vad események voltak. Micsoda agresszivitás! Mennyi sírás! Zokogás, hisztéria, gonosz vádaskodások, sokkoló revelációk, a fékezhetetlen indulatok milyen robbanásai férj és feleség között, milyen sárcsatái az obszcén veszekedéseknek korábban félénk, egérszerűen szürke mamák és keményen és szótlánul dolgozó papák között, milyen vörös izzásig hevült támadások.”⁴⁵

Ha azonban Schutz agresszíven excentrikus és extravagáns volt, akkor mit mondjunk Perlsről? Perls az ötvenes-hatvanas évek egyik legjelentősebb, bár vitatott csoportterapeutája volt Amerikában. 1964-ben már 72 éves, amikor Schutz után megérkezik, hogy „személyiségének átütő ereje folytán rövid idő alatt Esalen másik domináns alakja legyen belőle”.⁴⁶ Nagy tehetséggel és élvezettel alakítja a guru szerepét. Felesége, Laura „egy próféta és egy csavargó” keverékét látja benne, aki imádott indiai ruhákban, hosszú, fehér köntösökben vagy bő színes ingekben pompázni, és természetesen mezítláb vagy szandálban járt. A hindu vallásban és a buddhizmusban van egy különös fogalom: az „őrült bölcsesség”. Az „őrült bölcsesség” tanítói készek arra, hogy áthágyják a szexuális, a higiéniai és a társadalmi érintkezés bármilyen szabályát, a viselkedési tabukat, hogy – állításuk szerint – ezzel szabadítsák fel követőik érzékelését és gondolkodását. Perls közel állt ehhez a figurához. Sikerének titkát izzó energiái, hetven év felett is áradó szexualitása, rendkívüli megfigyelő ké-

pessége és kreativitása alkották. Laza erkölcsi értékrendje jól beleillett a libertariánussá vált új Esalenbe. Perls hamarosan az ellenkultúra egyik fontos szereplőjévé vált, állandóan „az érzelmek, az értelem keresése, az önkifejezés és az interperszonális viszonyok fontosságáról írt és beszélt, külön kiemelve az erotikus szenvedély értékét”.^{47 48}

Perls terápiás alapattitűdje a *rosszhiszeműség* volt. Elmélete szerint a terápia-ának meg kell szabadítani a páciens, „a Neurotikust” manipulációs technikáitól, amelyek elsősorban így nyilvánultak meg: az illető együttérzésért és védelemért könyörög, hogy ne kelljen felnőnie, felelősséget vállalnia magáért, és ne kelljen megváltoznia. Perls célja az volt, hogy összetörje az adott személyt, majd újból összerakja egy új „Gestaltba” (alakzatba), egy leginkább hozzá, Perlshez hasonló, független és gátlástalan személyiség formájában. Perls egyáltalán nem riadt vissza attól, hogy pácienseit szexuálisan kihasználja, és ettől függetlenül is promiszkuitásra biztatta őket. A párkapcsolatokban minden lojalitást, hűséget a pszichés éretlenség (sic) jelének tekintett. A csoport csendben és rémülettel vegyes csodálattal figyelte Perlst, aki teljesen ellenőrzése alatt tartotta áldozatát. Perls – ahogyan Schutz is – a katarzisban hitt, és a könnyekben mérte sikerét. Karizmája és hírhedt hatékonysága meglepően sok embert vonzott Esalenbe, akik készek voltak Perls mentális sebészke alá feküdni, hogy minél gyorsabban a lehető legdivatosabban áramvonalasra alakíttassák át vele magukat. A terápia végcélját Perls az úgynevezett „Gestaltimában” foglalta össze. Hallgassuk meg:

Perls: Én én vagyok.

Csoport: Én én vagyok.

Perls: Te pedig te vagy.

Csoport: Te pedig te vagy.

Perls: Nem azért vagyok ezen a világon, hogy megfeleljek az elvárásaidnak.

Csoport: Nem azért vagyok ezen a világon, hogy megfeleljek az elvárásaidnak.

Perls: És te sem azért vagy ezen a világon, hogy megfelelj az elvárásaimnak.

Csoport: És te sem azért vagy ezen a világon, hogy megfelelj az elvárásaimnak.

Perls: Az én – én.

Csoport: Az én – én.

Perls: A te pedig te.

Csoport: A te pedig te.

Perls: Ámen.⁴⁹

Perls büszkén és kérkedően antiintellektuális volt. Kijelentette, hogy gyűlöli a filozófiát: tömegét és hasznosságát nézve „olyan, mint az elefántszar”. „Dobd el az agyad, és ébredj az érzéseidre!” (*Lose your mind and come to your senses!*)⁵⁰ Maslow egyik előadása alatt hüvelykujját a szájában cumizva mint egy csecsemő ringatta magát ide-oda a padlón. Ugyanígy gúnyolta ki az alapító Murphy

meditációs gyakorlatait, Esalen „miszticizmusát és okkultizmusát”. Ő maga beérte az LSD-vel kiváltott kvázi-misztikus élményekkel. Igaz, az LSD-t annyira fontosnak tartotta, hogy egyes jelentkezőket azért nem vett be a csoportjába, mert még soha nem éltek LSD-vel.⁵¹

Ahogy az LSD és a többi pszichedelikum esetében, Esalennél is a szélsőségeket emelte ki a média, és persze itt sem volt nehéz dolga. A TV és az újságok – összemosva a humanisztikus pszichológiát az ellenkultúra szélsőségeivel, Rogers csoportjait Perls és Schutz csoportjaival – az *encounter*-csoportok rémisztő átalakító erejét, a szexuális normák és más társadalmi szabályok lábbal tiprását, valamint a drogfogyasztást hangsúlyozták. Az alapítók eközben tisztán látták eredeti céljaik elfajulását. Valahogy túl gyorsnak tűntek a megcélzott változások.⁵² Murphy szerint Perls és az őt követő csoporttagok „szadisztikus örömmel tépték le mások vélt ellenállását” a változásokkal szemben.⁵³ Esalen alapító atyái, Murphy és Price tehetetlenek voltak, Schutz és Perls lényegében átvették Esalen szellemi vezetését.⁵⁴ Az évtized vége felé több haláleset is előfordul drogtúladagolás miatt.

AZ ELLENKULTÚRA VÉGE

Esalen radikalizálódása, szellemi és morális válsága kicsiben leképezte az egész ellenkultúra hanyatlását. A hippikultúra nem volt hosszú életű, 1964 körül kezdődött, 1967-re elérte csúcspontját, 1972-re pedig már le is csengett. A hippivilág epicentrumát, San Francisco Haight-Ashbury nevű részét már 1968-ra elviselhetetlenné tette a több ezer szállás nélküli, kolduló vagy különféle drogokat áruló hippie. Az ellenkultúra korábban vonzóan színes és szabad főhadiszállása ekkor már olyan lehangelő képet nyújt, hogy az odalátogató George Harrison megfogadja, soha többet nem fogyaszt LSD-t.

Az ellenkultúra azonban tartósan átalakította az amerikai társadalmat. Noha 1968-ban az amerikai lakosságnak csupán 2 ezreléke vallotta magát hippinek, a hippieértékrend hatása ennél jóval jelentősebb volt. A többségi társadalom ebben az évben kezdi el követni a hippidivatot, a fiatalok csípőnadrágot, színes, keleties, bő ruhákat hordanak, rojtos indián bőrzekéket, és szandálokat, fejpántot, hosszú haját, a férfiak szakállt növesztenek. Elterjednek a hippie viselkedési mintái is, a tekintélyellenes, könnyed humor, a laza szexuális erkölcsök, a marihuána, általában a hedonizmus, vagyis minden, ami összegeyztethető a fogyasztói társadalommal.

Az évtized végére Amerika szellemi égboltja beborul, az évtized első háromnegyedének „béke- és szeretethangulatát” gyilkosságok sorozata és erőszak árnyékolja be. 1968. április 4-én lelövik Martin Luther Kinget, három hónappal később merénylet áldozatává válik az öt évvel korábban meggyilkolt elnök népszerű öccse, Robert Kennedy, aki bátran kiállt a polgárjogi mozgal-

mak és – mint szenátusi albizottsági tag – a pszichedelikus kutatások szabadsága mellett is. 1969 augusztusában egy Charles Manson névre hallgató, zavaros elméjű, sivár érzelmi világú, ám jogi szempontból beszámíthatónak talált hippis utasítására a Manson „hippicaládijába” tartozó személyek – főleg nők – két hét alatt 7 embert mészárolnak le dermesztő könyörtelenséggel, esetenként több tíz késszúrással, köztük Roman Polanski filmrendező 8 és fél hónapos terhes feleségét, Sharon Tate színésznőt. (A híresztelések ellenére a mansonisták *színjózanok* voltak, a gyilkosságok előtt semmiféle drogot nem fogyasztottak.) Szimbolikus jelentőségű, hogy míg az 1969 augusztusában tartott Woodstocki Fesztivált a „szeretet és béke”, a decemberi altamonti fesztivált az erőszak jellemezte mind a nézőközönség részéről, mind pedig a színpad védelmezésével megbízott motoros banda részéről.⁵⁵ Fél évvel később, 1970. május 4-én Ohióban a Nemzeti Gárda *belelő* a kambodzsai háború ellen tüntető egyetemistákba, a helyszínen négy halálos áldozat és tíz sebesült marad.

1971-72-ben folytatódnak a diáklázadások. A politikai rendszer krízisét vetíti elő, hogy 1972 júniusában fülön csipnek 5 betörőt a Demokrata Párt Watergate-házban található irodájában. 1972 novemberében Nixont újraválasztják. 1973-ban eltörlik a kötelező sorkatonai szolgálatot, a hetvenes évek elején az egyetemi kollégiumok koedukálttá válnak. A Watergate-botrány csak 1974-ben jut el Nixonig, aki, beismerve bűnösségét, lemond.

A hatvanas évek varázslatos gazdasági növekedése a múlté, az 1973-as olajválság után beköszönt a gazdasági stagnálással párosuló infláció. Az előző négy évtized kiegyenlítő trendje után a hetvenes évek második felében gyorsan nőni kezdenek a jövedelmi egyenlőtlenségek. Az ellenkultúra lázadása végetér, a fiatalok a spirituális értékek keresésétől ismét a materiális javak felé fordulnak, illetve a *New Age* kétes spirituális kínálata kezdi vonzani őket.⁵⁶

A hetvenes évek közepére Amerika kiábrándult az ellenkultúrából. A társadalmi, gazdasági és politikai feltételek megváltoztak, és az országnak egyszerre csak elege lett az ellenkultúra elvadult individualizmusából, hedonizmusából, nárcisztikus egomániájából és naiv utópizmusából. A sajtó kedvencei, az addig rokonszenvesnek ábrázolt hippik lekerültek az újságok címlapjáról, vagy egyenesen a hippis lét árnyoldalait bemutató cikkekben jelentek meg az olvasó tábor előtt. Ekkor erősödik meg a neokonzervatív hullám mind a kultúrában, mind pedig a politikában, s a neokonok jelentős hányada éppen az ellenkultúrával szemben határozta meg önmagát és a hetvenes évek neokonzervatív mozgalmát. A neokonok elsöprő erejű támadást indítottak az ellenkultúrával szemben a család, a patriotizmus, a tradíciók, a komunitariánus értékrend és az ésszerű tekintély értékeire hivatkozva. Külpolitikai szempontból az USA morális geo- és katonapolitikai küldetését hirdették a kommunizmus ellen, a demokráciáért folytatott harcban. Egyik vezéralakjuk, Jeane Kirkpatrick így látja az ellenkultúra háborúellenes mozgalmát:

A háborúellenes mozgalom lényege nem annyira a vietnámi háború, mint inkább az Egyesült Államok elutasítása volt. Az érvelés lényege nem az volt, hogy a háború ostoba vagy szükségtelen, mint inkább az, hogy az Egyesült Államok immorális – egy „beteg társadalom” –, amely vétkes a rasszizmus, materializmus, imperializmus bűnében, valamint a harmadik világ népének legyilkolásában Vietnámban.

Ez a szenvedélyes elutasítás – nem annyira annak az elutasítása, amit az USA tett, mint inkább annak, ami az USA volt – totális támadást jelentett az amerikai társadalom legitimitása ellen. Úgy gondolom, ez a támadás vált a kikristályosodó neokonzervatív pozíció alapjává. A neokonzervatívok ugyanis a dolog lényegét tekintve nem idegenedtek el az amerikai élettől és társadalomtól.⁵⁷ [kiemelések az eredetiben]

Az amerikai közélet megváltozását jelzi az addig szinte ismeretlen fundamentalista-idealista Jimmy Carter 1976-os választási győzelme, amit Ronald Reagan 1980-as választási győzelme, valamint a konzervatív nyolcvanas-kilencvenes évek követnek majd.

A hippik mindennek ellenére nem szívódtak fel nyomtalanul, hanem tartósan átfórták a többségi társadalom értékrendjét és viselkedési szokásait. A hetvenes évek amerikai társadalma nem más, mint az ellenkultúra tartós és sikeres behatolása az *establishment* felségterületére. A nők, homoszexuálisok, feketék jogai elismerést nyertek, a környezetvédelem programja, a fogyasztáshoz való reflektáltabb viszonyulás tartósan befészkelte magát a közgondolkodásba. A hippik öröksége a kortárs kultúra számos szegletében megfigyelhető, az egészségtudatos táplálkozástól a zenei fesztiválokig, a szexuális szokásoktól a vallási és kulturális diverzitásig és a paternalista attitűd elutasításáig.

Befejezésül még néhány szót Esalenről. Az intézet sikeresen alkalmazkodott a megváltozott körülményekhez. Bár nem tudta visszanyerni régi fényét, újjászervezte magát, mi több, a nyolcvanas években egy rövid időre szinte világpolitikai jelentőséghez jutott a szovjet-amerikai közeledés előkészítésével és támogatásával. 1988-ban Esalen hívja meg Gorbacsov egyik gazdasági főtanácsadóját, 1989-ben pedig magát Borisz Jelcint is első amerikai útjára. Az intézet később szerepet játszik a Kína felé történő nyitásban is, a zsidók, keresztények és moszlimok közötti párbeszéd elindításában, valamint az orosz-amerikai kapcsolatok további ápolásában.

KITEKINTÉS: A TRANZPERSZONÁLIS PSZICHOLÓGIA

Végül néhány mondatot szólni szeretnénk a humanisztikus pszichológia helyébe lépő, és az ugyancsak Maslow és a humanisztikus pszichológusok egy maroknyi csoportja által alapított transzperszonális pszichológiáról. Az eredetileg ateista, baloldali Maslow érdeklődése élete vége felé felerősödik a kvázi-transzcendens jellegű tapasztalatok, vagy ahogyan Maslow nevezi őket, a „csúcsél-

mények” iránt. A transzperszonális pszichológia megszületése egy nagyobb kulturális trendbe illeszthető. Mint láthattuk, a humanisztikus pszichológia a hatvanas évek nonkonformista „ellenkultúrájával” került szoros kapcsolatba. A transzperszonális pszichológia számára ezzel szemben elsősorban a *New Age*-mozgalmak Amerikában a hetvenes-nyolcvanas években, Kelet-Európában pedig az ezredfordulón felerősödött popularitása biztosít közönséget.⁵⁸

A már idézett Charles Taylor szerint korunk fő jellemzője a szekularizálódott kultúra és társadalom, s ennek egyik velejárója az is, hogy a második világháború után csökkent – Európában drasztikusan, Amerikában kevésbé – a hagyományos egyházak népszerűsége, előretörték ugyanakkor a spirituális élménykeresés tradicionális valláson kívül eső formái.⁵⁹ Számos terapeuta számol be arról, hogy a tudomány általános tekintély-vesztése, valamint az új spiritualista mozgalmak popularitása miatt a materialista világnézetet valló segítő szakemberek mind gyakrabban kényszerülnek védekező pozícióba. Papok és lelkészek is hasonló problémával találják szembe magukat. A spiritualitásnak ezt az újabb, gyakran a „New Age” gyűjtőnévvel is illetett előretörését a terápián és a pszichológián belül, valamint tágabb eszmetörténeti kontextusban is érdemes távolságtartással szemlélni. Még nem eldöntött kérdés, hogy a posztindusztriális társadalomban élő ember ezeket az újszerű, szinte teljes egészükben a keresztény egyházakon kívül szerveződő spirituális vonatkoztatási rendszereket és élménymódokat képes-e mentális erőforrásként, a mindennapi tapasztalatokat hatékonyan szervező kognitív és érzelmi struktúrák-ként használni. Az mindenesetre tagadhatatlan, hogy e spirituális hatások, élmények bizonyos esetekben *patogén* hatásúak. Ahogyan a pszichedelikumok használatának lehetnek ilyen következményei, úgy szinte minden más tudatmódosító technikának is. Mentális szempontból különösen azok a csoportfolyamatok és mentális gyakorlatok lehetnek ártalmasak – figyelmeztet a tavaly elhunyt Buda Béla –, amelyek túlfáradással, alvásmegvonással, extrém légzés-modulációkkal (pl. a Grof-féle holotróp légzés, amelyet a Grof-házaspár kényszerből fejlesztett ki az általuk korábban alkalmazott és 1966 végén betiltott LSD-terápiák helyett) vagy szélsőséges diétákkal dolgoznak.⁶⁰ Vajon a *New Age*, az Új Spiritualitás kultuszában valóban egy termékeny, új kulturális áramlat lépett a színre – tehetnénk fel a kérdést Budával együtt –, vagy csupán a kulturális-morális széttöredezettség megnyilvánulásáról, a realitás elől menekülni próbáló, a spirituális élményekhez, értékrendhez, szubkultúrákhoz vonzódó emberek kétségbeesett próbálkozásáról beszélhetünk?^{61 62}

Ez az újfajta spirituális szenzibilitás tör be a pszichológiába a transzperszonális pszichológia kutatásaiban. A transzcendens-spirituális képzettartalmak, fantáziák, kognitív struktúrák, élménymódok és hiedelemrendszerek kétségtelesen a mentális működések fontos, és a huszadik századi pszichológia által elhanyagolt területeit képezik. Jelentőségüket a mai lélektanban a transzperszonális pszichológia mellett csupán a jungi irányzat, valamint a pozitív pszichológia

ismeri el. A transzperszonális pszichológusok a hétköznapi tudatállapottól különböző, az álomhoz, a pszichotikus hallucinációkhoz vagy a vallásos extázis-hoz hasonló tudatállapotok leírásával, az alterált tudatállapotok kiváltására alkalmas módszerek, elsősorban a meditáció tanulmányozásával, a pszichotróp vagy pszichedelikus anyagok által indukált hallucinációk megfigyelésével, valamint új hallucinogén technikák kikísérletezésével értékes empirikus anyagot halmoztak fel. A transzperszonális pszichológusok részben maguk fejlesztették ki a hallucinogén módszereket, részben pedig a keleti iskolák meditációs technikáit, valamint a primitív népek és más, a nyugati kultúrkörteől eltérő kultúráktól átvett módszereket alkalmaznak vagy fejlesztenek tovább. Ilyen eszköz például az észak-amerikai indiánoktól elerített izzasztó kunyhó, a természeti népeknél elterjedt transtánc, az iszlám tradícióból átvett szufi tánc vagy a szibériai eredetű sámándobolás, és végül a legelterjedtebb tudatmódosító technika, a holotrop légzés.

Különös módon azonban a transzperszonális kutatások immáron négy évtizede egy helyben topognak. A transzperszonális pszichológia mind a mai napig nem tudott szakmai és tudományos szempontból elfogadott pszichológiai irányzattá válni. Míg a humanisztikus pszichológia a *main stream* pszichológia részévé vált, mind Rogers, mind pedig Maslow koruk legrangosabb pszichológusai közé tartoztak, a transzperszonális pszichológiának eltekintve „az Egyesült Királyságban két egyetemi posztdoktori kurzustól és egy maroknyi USA-beli doktori programtól” még egyetemi jelenléte sincsen.^{63 64} A transzperszonális pszichológia megrekedt az akadémikus pszichológia és a *New Age*-es áramlatok senki földjén. Bagdy Emőke, Harald Walach és az irányzat más képviselői mindezt világosan látják, ahogyan a megoldást is: „A recept nagyon egyszerű: minőségi kutatások, melyek a legmodernebb módszereket használják, és olyan izgalmas eredményeket produkálnak, melyek bejutnak a főárambeli szakirodalomba. [...] nagy szükség van a fogalmi tisztaságra, az empirikus gazdagságra és a módszertani szigorra.”⁶⁵

Walachnál, Jorge Ferrernél és más kutatóknál is megfigyelhető, hogy a transzperszonális pszichológia igyekszik lépést tartani a tudományfilozófia fejlődésével, és megpróbál elhatárolódni a *New Age*-áramlat zavarosságától. Sajnos, ez nem mindig sikerül neki. A kívülálló számára a transzperszonális pszichológia legriasztóbb vonása a parapszichológiához, olykor a spiritizmus-hoz, a lélekvándorláshoz és más okkultista hiedelmekhez való kötődése, ami teljes mértékben ellentmond korunk természettudományos világképének és a felvilágosodás racionalista tradíciójában gyökerező egész nyugati kultúrának.⁶⁶ Adódik tehát a következtetés: a transzperszonális pszichológusoknak előbb vagy utóbb meg kell válniuk bizarr világszemléletűktől, ha azt akarják, hogy a *main stream* pszichológia komolyan vegye őket.

A TRANZPERSZONÁLIS PSZICHELÓGIA
ÉS AZ ENTEOGÉNEK (PSZICHEDELIKUMOK)

A transzperszonális pszichológia *ambivalens módon viszonyul* a kvázi-misztikus élmények pszichedelikumok útján történő előhívásához. Ismert a transzperszonális pszichológusok „nagyatyja” (Stanislaw Grof kifejezése), Carl Gustav Jung tartózkodása a meszkalinnal szemben, ahogyan Ken Wilber, a mai transzperszonális pszichológia vezéralakja is elutasítja a pszichedelikumok használatát. Stanislaw Grof ezzel szemben, a transzperszonális pszichológia *doyenje egész életművét* az LSD tanulmányozásával alapozta meg, és messzeemenően helyteleníti az LSD-terápiák betiltását, ahogyan az amerikai filozófia és pszichológia atyja, William James is egy pszichedelikum, a nitrogénoxidul (kéjgáz) alkalmazásával jutatta magát olyan tudatállapotba, amelynek gyümölcse a valláspszichológia alapműve, a *The Varieties of the Religious Experience (A vallásos élmény változatai)* volt.

Susan Blackmore, az ismert brit tudatkutató rávilágít: az enteogének segítségével kiváltott spirituális élmények hitelességével kapcsolatos viták elsősorban abból fakadnak, hogy maga a misztikus élmény, a misztikus megvilágosodás fogalma sem tisztázott. A pszichedelikumok olyan projekciós felületet jelentenek a vitában megszólalók számára, amelyre vágyaikat és félelmeiket vetítik ki az enteogén szerekekkel kapcsolatban. Univerzális hatásokat tulajdonítanak a „látomásos drogoknak”, holott azok különböző emberekre különböző hatást fejtenek ki, és még ugyanarra a személyre is más-más módon hatnak a környezettől (*setting*) és az adott személy fizikai és mentális állapotától (*set*) függően. A kutatóknak vigyázniuk kell, hogy ne dőljenek be a politikai hangulatkeltésnek, és ne előítéletekre, hanem a tudományos tényekre és az empirikus vizsgálatokra alapozva alkossák meg elméleteiket.

KONKLÚZIÓK

Ebben az írásban azt igyekeztünk megmutatni, hogy a humanisztikus pszichológia rokonszenvesen naiv és tiszta idealizmusa, utópisztikus optimizmusa szoros kapcsolatban állt a hatvanas évek ellenkultúrájának a messianizmusával. Hadd idézzük a kor egyik ifjúsági vezérét, a hatvanas évek közepének Hillary Clintonját: „elutasítjuk a hagyományos politikát”, mondja, mert a politika „a lehetséges művészet”, nekünk azonban nem ezzel a politikával, hanem a „közvetlenebb, eksztatikusabb és áthatóbb életmódok” felfedezésével kell foglalkoznunk.⁶⁷ Csakugyan. Az ellenkultúra nem az intézményeket és a politikai pártokat akarta megváltoztatni, hanem magát az emberi természetet, illetve a társadalom mikrointézményeit, a családot, a terápiát, az oktatást, a társas érintkezést, a szexuális erkölcsöket, az életstílust. Azok a jelentős válto-

zások, amelyek Amerikában a hatvanas években végbementek, nem a kapitalista társadalom hatalmi-politikai berendezkedését fenyegették, hanem az uralkodó értékrendet és életformát. Az évtized végére kialakult egy alternatív értékrend a fogyasztás, a munka, a természethez való viszony, a szexualitás, a nemi szerepek, az emberi kapcsolatok, valamint a tudatállapotok befolyásolása területén, amelynek egyes elemei tartósan beépültek a következő évtizedek gondolkodásába.

A humanisztikus pszichológia fellépése néhány évvel megelőzte az ellenkultúra megjelenését. Maslow, Rogers és Rollo May előkészítette és tudományosan megalapozta, de legalábbis legitímálta, *antropológiával* látta el az ellenkultúrát. Amikor pedig a hetvenes évek elején elszívárog az ellenkultúra optimizmusa, az amerikai kulturális-társadalmi szcena komorabb regiszterekbe vált át, a humanisztikus pszichológia is elveszíti népszerűségét. Az ellenkultúrához hasonlóan azonban tartós hatást gyakorolt az amerikai kultúrára, társadalomra, mi több, a gazdaságra is. A humanisztikus pszichológiától, az *encounter*-csoportoktól érzékenyebbek, bátrabbak, hitelesebbek és kreatívab-
bak lettünk. Rogers és Maslow tanai átalakították az iskolákat és a vállalatokat, a gyereknevelést és a családok légkörét, ahogyan az egyházak közösségi életét is.

JEGYZETEK

- ¹ A cikk az *LSD, varázsgombák és más csodaszerek – a pszichedelikumok tündöklése, bukása és feltámadása* című, várhatóan még ebben az évben megjelenő könyv egyik fejezetének folyóiratcikké átalakított változata.
- ² Thomas Kuhn nagy hatású tudományelmélete szerint egy tudományág története az egymást felváltó paradigmák eltérő játékszabályai szerint folytatott normál tudományos tevékenységek és az azokat egymástól elválasztó forradalmi periódusok sorozata, a paradigmák egymással nem összemérhető, *inkommenzurábilisak*, ennek következtében a paradigmaváltás semmilyen felsőbb fórum előtt nem igazolható. (Vö. Kuhn: *A tudományos forradalmak szerkezete*, 1962/1984)
- ³ A *Time* 1969. március 21-i címlap-riportja „Az okkult kultusza”; 1970-ben pedig a *Harper’s Bazaar*, az *Esquire* és a *McCall* szentel különszámot az okkult visszatérésének.
- ⁴ vö. Taylor 2007, 473–505.
- ⁵ id. Hynes 1968, 325.
- ⁶ Huxley 2008, 115.
- ⁷ Huxley 2008, 124.
- ⁸ Doorman 2006, 64.
- ⁹ A proto-hippik a *fin-de-siècle Németországában léptek a történelem színpadára a romantikus gyökerű német Wandervögel* (Vándormadarak) mozgalom képében. Vilmos császár idején, 1896 és 1908 között egy ellenkulturális ifjúsági mozgalom jött létre a hivatalos nacionalista kultúrába már betagozódott kulturális és társadalmi egyesületekkel szemben. A Wandervogel az er-

dőket járták, sátrakban laktak, hegedültek, gitároztak, énekeltek és táncoltak, olykor meztelenül fűrödtek vagy napoztak. Elutasították a gyorsan előrehaladó urbanizációt, és helyette valamifajta ősi, pogány, természetközeli életre áhítoztak. Elsősorban Goethe, Nietzsche és a korai Hermann Hesse gondolatai inspirálták őket.

A huszadik század első évtizedeiben nagyszámú német emigráns jelent meg az Egyesült Államokban, s közülük jónéhányan magukkal hozták a Wandervogel-értékeket. Egyesek egészségtudatos élelmiszerboltokat nyitottak, sokan Dél-Kaliforniába költöztek, ahol a kellemes éghajlat lehetővé tette, hogy alternatív, természetközeli életstílus alakítsanak ki maguknak. A két háború között ezek az emigránsok egy maroknyi amerikai fiatalt inspiráltak, például a *Nature Boys*-csoportot, akik a kaliforniai sivatagba költöztek, organikus élelmiszert termeltek, és a Wandervogelek természetimádó életstílusát tették magukévá. (Vö. Randall, Annie Janeiro 2005. *The Power to Influence Minds*. In: *Music, Power, and Politics*. Routledge, 66-67; valamint Kennedy, Gordon and Ryan, Kody 2003. *Hippie Roots and The Perennial Subculture*. Colorfoul Promoter of Healthy Food and Lifestyles. Los Angeles Times, August 10, 2004)

¹⁰ Wolfe 1977, 129.

¹¹ Wolfe 1977, 129.

¹² Grogan 2013, 175.

¹³ Huxley 2008, 233–234.

¹⁴ Watson 1913

¹⁵ Yalom 2001, 387.

¹⁶ A romantikának létezik egy kevésbé ismert, sötét oldala is, a halál, a betegség, a pervertált emberi hajlamok iránti vonzódás. Ennek alapján mondja Goethe, „klasszicizmus – egészség, romantika – betegség.” A romantikának ez az oldala kevésbé hangsúlyos, és csupán a posztromantikával, Schopenhauerrel és Nietzschével kerül majd az előtérbe.

¹⁷ Jelen írás keretei közé nem férnek be olyan jelentős, ugyanakkor a humanisztikus pszichológia története szempontjából Maslow-hoz és Rogershez mérten másodlagos fontosságú szereplők, mint Rollo May, Henry Murphy, George Kelly vagy Gordon Allport munkásságának ismertetése.

¹⁸ Maslow, Abraham én., *Creativeness, Autonomy, Self-Actualization, Love, Self, Being, Growth and Organismic People* (Mailing List) Maslow Papers, Box 449.19, „Miscellaneous no. 2” folder, Archives of the History of American Psychology, Center for the History of Psychology, University of Akron

¹⁹ Maslow elméleti forrásai a kulturális antropológiától az evolúciós biológiáig terjednek, gondolati építkezésére hatottak az amerikai patriotizmus és szocializmus, valamint a zsidó tradícióhoz áttételesen kapcsolódó utópisztikus víziók is: „A látásmódom, a problémafelvetéseim a szocialistákhoz, az amerikai szocialistákhoz kapcsolódtak. [...] Létezik a zsidó tradíciónak egy utópisztikus-etikai vonulata, engem egyértelműen az emberiség megjavítása érdekelt.” (Frick 1971/1989)

²⁰ Maslow optimista nézeteit a főemlősökre vonatkozó egyes újabb kutatások csupán részben támasztják alá. Lásd De Waal, 1996

²¹ Maslow szakmai hírnevét igazából az 1951-ben alakuló *Brandeis University* pszichológiai tanszékének a megszervezése és az ott folytatott munka hozza meg. Az egyetemen olyan kivá-

lóságokkal taníthat együtt, mint Herbert Marcuse, Szilárd Leó, Leonard Bernstein vagy Philipp Rieff.

- ²² Az E-szükségletek helyett a magyar szakirodalomban az „L-szükségletek” terminust használják. Ettől a nyelvi tradíciótól tudatosan tértem el, hogy ezzel is kifejezzem a humanisztikus pszichológia kapcsolatát az európai egzisztencialista filozófiával. A „being” ugyanis Maslownál *egzisztenciális* létre, nem pedig fizikai létre utal, ahogyan a magyar „létszükséglet” kifejezés.
- ²³ Maslow utópisztikusnak látszó tanai meglepő módon jelentős befolyást gyakoroltak a menedzsmentirodalom olyan nagyhatású szerzőire, mint Douglas McGregor vagy Peter Drucker. Az ipari gazdaságot a hatvanas-hetvenes években felváltó posztindusztriális gazdaság jól tudta alkalmazni Maslow „romantikus” motivációelméletét, amely teljesen átalakította a menedzsmentről alkotott felfogást: a Maslow antropológiáját elfogadó menedzsmentguruk szerint a munkás önmegvalósító lény, nem kontrollálni kell, hanem olyan munkafeltételeket biztosítani a számára, ahol kreativitása és önmegvalósító tendenciái szabadon kibontakozhatnak.
- ²⁴ A mindmáig legnépszerűbb növényi és szintetizált hallucinogének, vagy ahogyan újabban nevezik őket, enteogének a mexikói varázsgombák (hatóanyaguk az LSD-hez hasonló hatású pszilocibin), a peyotekaktusz (szintetizált hatóanyaga a meszkalin), az ayahuasca-főzet (szintetizált hatóanyaga a DMT), valamint az MDMA.
- ²⁵ A háború utáni Amerikában a veteránok ellátása tömegigényt teremtett a terápiára, és egyre nagyobb számban kezdtek el a pszichiáterek mellett pszichológusokat alkalmazni a gyógyításban. Rogers nemcsak originálisan új alternatív terápiás technikát és elméletet hozott létre a pszichoanalízissel szemben, hanem nagyhatású szervező is volt, akinek döntő szerepe volt abban, hogy a pszichológushivatás presztízse jelentősen megnőtt a háborút követően.
- ²⁶ A freudi diádhelyzetet a következő tulajdonságokkal rendelkezik:
- (a) Az analitikus nem egyszerűen beszélgetőpartner a páciens számára, hanem mintegy az analizált énjének részeként működik, amely arra ösztönzi az analizáltat, hogy „gondolkodjon hangosan”, és hogy önreflexióra törekedjen. Az analitikus e funkciója, ebből következően pedig az analízis kvázidialógusjellege abban a technikai szabályban is tükröződik, mely szerint az analízis akkor tekinthető befejezettnek, ha a páciens képessé válik az önanalízisre, vagyis – analitikus terminológiával – *interiorizálja*, belsővé teszi az analitikus reflexióra készítető szerepét.
 - (b) Ugyancsak távolítja az analitikus szituációt a tradicionális beszédhelyzettől az analitikus alapszabály, a „*mindent kimondani*” szabálya, amely lehetővé teszi a társadalmi tabuk ideiglenes felfüggesztését a páciens és az analitikus között, valamint
 - (c) a *szabad asszociáció* technikája, amely a beszédtema normális körülmények között nem elfogadott, csapongó változtatását szentesíti.
 - (d) Természetellenes vonása az analitikus diádhelyzetnek a partnerek térbeli elhelyezkedése is, a páciens fekszik, a terapeuta pedig *mögötte*, a fejénél ül, ami azt szolgálja, hogy a páciens ne láthassa az analitikus arckifejezését, testtartását, ne érzékelhesse az orvos metakommunikatív reakcióinak nem verbális részét.
 - (e) Megemlíthetjük még az *absztinencia* szabályát: az analitikus minél kevésbé bonyolódjon bele érzelmileg a helyzetbe, ha pedig ezt nem tudja elkerülni, akkor érzelmi reakcióinak – analitikus terminológiával, viszontindulatáttételének – minél teljesebb tudatosítására kell törekednie.

A személyközpontú terápiás helyzet, amit Rogers kialakít, az első három jellemzőt megőrzi a freudi kommunikációból, azonban a terapeuta és a kliens térbeli elhelyezkedése, valamint a terapeuta transzparenssé válása visszatérést jelent a hagyományos emberi kommunikációhoz. Ami pedig még ennél is fontosabb, az a freudi értelmezési módszer – és az alapjául szolgáló teória az elfojtott, tudattalan vágyakról – elutasítása.

A kommunikációs helyzet leszűkítéséhez és átalakításához ugyanis a pszichoanalízisben az értelmezés hasonlóan reduktív átformálása társul. Az értelmezés – Jürgen Habermas és mások által elemzett – *sematizmus*a az analitikus módszer egyik leglényegesebb mozzanata; a freudi értelmezés a hétköznapi beszédértéstől, vagy a klasszikus hermeneutikai interpretációtól (hermeneutika = az értelmezés tudománya) eltérően, ugyanakkor a természettudományok módszereihez hasonlóan nem elméletmentesen történik, hanem egy adott elméleti rendszer keretei között. Az analitikus az interpretáció során értelmezési sémákat használ; a rekonstruálандó élettörténet szempontjából nézve pedig narratív struktúrákról beszélhetünk. Míg a klasszikus hermeneutika szerint az interpretáló dogmáktól mentes nyitottsága elengedhetetlen követelmény az értelmezés során, a pszichoanalitikus értelmezésnél az interpretáló előrefogását, az értelmezendő szöveg értelmének anticipációját jelentős részben rögzített sémák határozzák meg. A személyközpontú terápia és más fenomenológiai metodológiájú irányzatok, mint például a Daseinanalízis vagy az egzisztencialista pszichoterápia, azzal vádolják a pszichoanalitikusokat, hogy amit a páciensek *tudattalan* tartalmainak vélnek, az valójában a *saját* elméjükben lévő tudattartalmak projekciója és a kliensre való oktrojálása.

²⁷ A személyközpontú terápia és a klasszikus pszichoanalízis közötti különbségeket érzékelteti az alábbi táblázat. *Nota bene*, a felsorolás az ötvenes évek ortodox pszichoanalízisére volt jellemző, az analitikus technika azóta sokat „láglyult”, részben éppen Rogers úgynevezett *személyközpontú* pszichológiájának hatására. A pszichoanalízisben az effajta technikai kísérletek atyjának Ferenczi Sándor (1873-1933) tekinthető, aki már a harmincas évek elején igyekezett szimmetrikusabbá tenni az analitikus diádhelyzetet. Ferenczi olyan originális gondolkodó volt, aki az analitikus *technika* területén elkezdett újtásaival mintegy fél évszázaddal előzte meg korát, és akit a későbbi nagy terapeuták rendszeresen idéznek majd, köztük Erich Fromm, Viktor Frankl, Rollo May és Irvin Yalom. Ferenczi zsenialitása abban rejlett, hogy elsőként figyelte fel rá: az analitikus terapeuta (Freud és a többi korabeli analitikus naiv elképzelésével szemben) nem semleges tükör vagy vetítívászón, „amelyen” megjelennek a páciens projekciói, indulatátétele. Ferenczi megpróbált szisztematikusan megbirkózni azzal a problémával, hogy az analitikus diád nem egy természettudományos megfigyelési situáció, hanem olyan sajátos kommunikációs helyzet, amelyben mindkét résztvevőnek (természetesen nem azonos mértékben) megvannak a saját gyengeségei és vakfoltjai.

²⁸ Maslow-hoz hasonlóan Rogersnél is alaptendencia az önmegvalósítás. Az egyénnek saját belső érzéseire kell hallgatnia, saját adottságait és vágyait kell megvalósítania. Rogers *organizmikus értékelő folyamatnak* hívja ezt a belső hangot. Az egyéni adottságoknak és hajlamoknak megfelelő választások feltétele, hogy az egyén gyerekkorában vagy felnőtt kapcsolataiban a feltétel nélküli pozitív elfogadás légkörében részesüljön. Ha nem adatik meg neki ez az élmény, akkor a személy a külsődleges, a társadalmi konvenciók vagy szűkebb környezete által rákényszerített értékekhez próbál alkalmazkodni. Ha ez a külső értékrend az

organizmikus értékelő folyamat fölé kerekedik, akkor *inkongruens*, vagyis nem hiteles személyiség alakul ki.

Annak érdekében ugyanis, hogy megtartsa a szülő szeretetét, a gyerek nem csupán a szülő értékeit teszi magáévá, *introjiciálja*, ahogyan azt Freud tanítja, hanem saját magáról szóló *percepcióit* is ennek megfelelően torzítja. Nem engedi meg magának, hogy tudatosuljanak organizmikus tapasztalatai, amelyek ellentmondanak ezeknek az eltorzult percepcióknak. Én-koncepciója így hamis elemeket tartalmaz, amelyek nem azon alapulnak, hogy ki ő valójában, a saját tapasztalatai szerint.

²⁹ Journal of Abraham Maslow, vol. 1., 161.

³⁰ Ennél a fejezetnél elsősorban Yalom leírására támaszkodom az encounter-csoportok keletkezéséről (vö. Yalom 2001), valamint Rogers *Találkozások* című könyvére.

³¹ Yalom 2001, 380.

³² Yalom 2001, 380.

³³ Yalom 2001, 383.

³⁴ Yalom 2001, 381.

³⁵ Lewint 1946-ban egy olyan program megalkotására kérték fel, „amelyben a vezetőket meg lehet tanítani a csoportok közötti feszültségek hatékony kezelésére”, közelebbről pedig a faji előítéletek csökkentésére. Lewin kezdeti elképzelése az volt, hogy hagyományos, 10 fős, vezetők által irányított csoportokat hoz létre, amelyekben a tagok saját életükből és közvetlen környezetükből hozott példákat beszélnek meg és elemeznek egyhetes, bentlakásos „tanfolyamokon”. Lewin „tréningcsoportoknak” (T-csoport) nevezte a módszere szerint működő csoportokat. A döntő jelentőségű változást egy *serendipity* (szerencsés véletlen felfedezés) hozta. Lewin úgy építette fel a tréning programját, hogy az egyes csoportokon napközben elhangzott dolgokat a csoportvezetőknek esténként egymással át kellett beszélniük. Amikor az esti beszélgetésekről tudomást szereztek egyes csoporttagok, akkor többen jelezték igényüket, hogy bekapcsolódnának az esti elemzésekbe is. Ezeken a megbeszéléseken a résztvevők (csoportvezetők és csoporttagok) többek között a tagok megszólalásait és más csoporttagokkal való kapcsolatrendszerét és interakcióit elemezték, s eközben spontán módon egyre nagyobb szerephez jutottak az interperszonális viselkedési minták. Az esti csoportok szinte „azonnal ráéreztek, hogy itt az emberi kapcsolatok oktatásának egy egészen új, hatékony technikájára bukkantak: tanulás, átélés, tapasztalás útján.” (Yalom 2001, 384.)

³⁶ Az új, nem klinikai, hanem *személyiségfejlesztő* modellt leginkább a nyugati parton és Dél-Kaliforniában alkalmazták. 1962-ben a dél-kaliforniai trénerok egy csoportja megjelentetett egy tanulmányt, amelyben az általuk kifejlesztett modellt így nevezték: „csoportterápia egészségesek részére”. A cikk egyértelműen felvázolta az új paradigmát: „a hangsúly a csoportdinamikáról az egyéni dinamikára, a kapcsolati képességek fejlesztéséről a személyes fejlődésre tevődött át”. A T-csoportok hagyományának megfelelően a szerzők még mindig nevelésről és oktatásról beszéltek, a nevelést azonban már így határozták meg: „nem csupán a kapcsolati és vezetői képességek elsajátítása, [...] hanem teljes önmegismerés, az egyén képességeinek teljes kiaknázása”. (Yalom 2001, 386.)

³⁷ Yalom 2001, 386-387.

³⁸ Yalom 2001, 388.

- ³⁹ Yalom 2001, 394.
- ⁴⁰ Yalom 2001, 394.
- ⁴¹ Yalom 2001, 394.
- ⁴² Doorman 2006, 64.
- ⁴³ A zenei kínálat méltó volt az intellektuális színvonalhoz. Esalenben olyan zenészek léptek fel, mint Joan Baez, a Blood, Sweat and Tears, a Creedence Clearwater Revival, Bob Dylan, a Crosby, Stills, Nash and Young, Donovan, George Harrison, Joni Mitchell, Ravi Shankar, Simon and Garfunkel, Bruce Springsteen, Ringo Starr, Paul Winter. Az 1969-es Woodstocki Fesztiválról a zenészek jó része egyszerűen átment Esalenbe, ahol újabb nagyszerű koncertet adtak, az itt készült felvétel két évvel később *Celebration at Big Sur* címmel jelent meg a lemezboltokban.
- ⁴⁴ Maslow 1997, 827.
- ⁴⁵ Wolfe 1977, 135.
- ⁴⁶ vö. Kripal 2007, 158.
- ⁴⁷ Wheeler 2005, 173.
- ⁴⁸ Perls „Gestalt-terápiának” nevezte módszerét, noha annak nem sok köze volt az első világháború előtt kialakult német alaklélektanhoz. Már-már a szadizmusig fokozta a csoportvezető dominanciáját. Minden csoporton csupán egy emberrel (protagonista) foglalkozott, akit a kör közepén lévő „forró székre” ültetett. A „forró szék” mellett egy üres szék is volt. Ez a projekciót szolgálta, és a protagonista szükségletei szerint változhatott át anyává, apává, házastársává, partnerre, akikkel a szereplő beszélgethetett, és akikkel szerepet is cserélhetett. Perls valósággal szétszaggatta a protagonistát. Testtartását, mozdulatait, szemének összehúzóását, hangjának modulációját és különösen beszédének a tartalmát mind-mind úgy kommentálta, mint védekezési mechanizmusainak és képmutatásának a megnyilvánulásait. Mindezt agresszíven, a legkisebb együttérzés vagy tapintat nélkül tette, mintha valamilyen végtelenül alacsonyrendű és hazug lényel állna szemben.
- ⁴⁹ Perls 2004, 166-167.
- ⁵⁰ Id. Grogan 2013, 198.
- ⁵¹ vö. Murphy 2005, 308.
- ⁵² „Sok programunk gőzkalapáccsal próbálta előidézni a személyiség fejlődését. [...] Voltak olyan *encounter*-csoportok, amelyek az emberi psziché legsötétebb és legmocskosabb dolgait ásták elő, [...] a csoporttagok olyan dolgokat vágtak egymás fejébe, amelyeket 30 év múlva sem tudtak egymásnak megbocsátani.” (London 1996)
- ⁵³ Grogan 2013, 204.
- ⁵⁴ Hiába fektették le annak idején az alapszabályokat: nincsen „egy a tábort, egy a zászló” jelszó. Egyetlen személy, legyen az bármilyen karizmatikus is, nem dominálhatja Esalen kultúráját. „Nem ragaszkodunk a dogmáinkhoz.” (vö. Kripal 2005, 6.) A helyzet ironiája az volt, hogy éppen a hierarchia képződését megakadályozó hatalmi struktúra hátráltatta őket abban, hogy hatékonyan léphessenek fel a dolgok elfajulásával szemben.
- ⁵⁵ Meredith Hunter, egy tizennyolc éves néger fiú amfetamin hatása alatt pisztolyt emelt Mick Jaggerre, az egyik bandatag pedig kiütötte a pisztolyt a fiú kezéből, majd több késszúrással meggyilkolta Huntert. (A gyilkossági vádat később elejtik, a bandatag tettét jogos önvédelem-

nek minősítik. A történetet erős torzítással ábrázolja Déry Tibor regénye, a *Képzelt riport egy amerikai popfesztiválról*.)

- ⁵⁶ Az egyik kiábrándult résztvevő így írja le ötven évvel később virággyerek-korszakát: *Részese voltam ennek a mozgalomnak. Annyira be voltunk állva, hogy tényleg elhittük: ha százszorosépet dugunk a Nemzeti Gárda puskacsővébe, és kis közös kertekben élünk, ezzel már meg is oldottuk a világ problémáit. Ment is a dolog egészen addig, amíg Mami és Papi le nem állították az apanázst, amiről azt hitték, hogy az egyetemre költjük, valójában azonban inkább a drogokra ment el a pénz; dolgozni ugyanakkor egyikünk sem tudott vagy akart. Azokban az időkben ez még jól is hangzott, de ez az életstílus nem tud eltartani egy országot. Azóta sok idő eltelt, és ma már nem hiszem, hogy az egészsnek bármilyen magasabb rendű célja lett volna. Szórakozás volt, semmi más.* (Internetes topic résztvevőjének hozzászólása 2008-ból. A topic címe: *How did the 1960's counterculture/antiwar impact America culturally and politically?* Yahoo Answers)
- ⁵⁷ Kirkpatrick 2004, 239.
- ⁵⁸ Ebben az időszakban Amerikában gombamód megszorodtak a *New Age* „ezoterikus”, extravagáns „minivallásai”, a „pozitív gondolkodás” mozgalma (nem összetévesztendő a pozitív pszichológiával), az „agykontroll”, a *reiki* és hasonló mozgalmak; napjainkban ezt a vonalat Paulo Coelho álmélységeiben tobzódó ezoterikus giccsei és az „instant megváltás” prófétái képviselik. G. K. Chesterton juthat eszünkbe: „Mióta az emberek nem hisznek istenben, azóta nem úgy van ám, hogy semmiben nem hisznek, hanem *mindenben* hisznek.”
- ⁵⁹ Lásd Taylor, 2007
- ⁶⁰ Vö. Buda, 2011, 91
- ⁶¹ Vö. Buda, 2011, 93
- ⁶² A szcientista illúziók szertefoszlása és a tudomány tekintélyének devalválódása miatt napjainkban az átlagember olyan világképek és ismeretelméleti konstrukciók vonzáskörébe kerül, amelyeket a korábban feltétlen tekintélyt élvező vallások babonának, a természettudományok pedig tudománytalan fantazmagóriáknak minősítettek. Ez az újfajta érdeklődés a hatvanas évektől kezdődően a különleges élmények és alterált tudatállapotok kultuszában nyilvánul meg, felhasználva a hinduizmus és a buddhizmus meditációs technikáit, és a módosult tudatállapotok kiváltásának egyéb módszereit. A spirituális piacon a legkülönfélébb szekták, fundamentalista vallási csoportok és „életformaműhelyek” terjesztenek – a piacgazdaság logikájának megfelelően szolgáltatásként – misztikus világképeken alapuló, több-kevesebb fáradtsággal elsajátítható élettechnikákat. Az okkult robbanás leginkább a jóslás iránti érdeklődésben látszik: divatba jönnek a tarot, I Ching, tenyérjóslás és Ouija táblák, és az asztrológia iránti félig játékos, félig komoly érdeklődés megjelenik az újságokban és magazinokban. „Sok egyetem, közöttük bizonyos presztizs-zsel rendelkezők is olyan kurzusokat hirdetnek meg, amelyek az okkult különféle aspektusaihoz kapcsolódnak. Egyetek és kutató intézetek szponzorálnak parapszichológiai kutatásokat. Ahogyan 100 évvel korábban Helena Blavatskynak az evolúcióval és más 19. századi tudományos felfedezésekkel „áramvonalasított” új antropozófiája, a *New Age* okkultizmusa is a tudománnyal igyekszik legitimálni magát.
- ⁶³ Bagdy et al., id. mű, 116. oldal
- ⁶⁴ Magyarországon korábban az ELTE PPK Pszichológiai Intézetének kutatói, Kulcsár Zsuzsa, Bányai Éva és V. Komlósi Annamária publikáltak az irányzathoz sorolható cikkeket. Jelenleg

a Károli Gáspár Református Egyetem Pszichológiai Intézete az egyetlen olyan hazai kutatóhely, amelynek munkatársai (Bagdy Emőke, Mirnics Zsuzsa, Nyitrai Erika, Szondy Máté, Szummer Csaba, korábban pedig Frecska Ede, Babusa Péter, Bartha Dávid) legalább érintőlegesen figyelemmel kísérik ennek az ellentmondásos irányzatnak a fejlődését.

⁶⁵ Walach, 2011, 116

⁶⁶ A transzperszonális szerzők jó része Walach-hal együtt vallja, hogy „[...] egyáltalán nem meglepőek az olyan parapszichológiai élmények, mint a telepátia, a prekogníció, az érzékeken túli észlelés vagy a telekinézis. Ezek olyan események és élmények, melyek gyakran kísérik a spirituális fejlődés folyamatát”. Walach, 2011, 114

⁶⁷ Clinton, Hillary 1965-ös beszéde, id. Joyce 2002, 5-6

IRODALOMJEGYZÉK

- De Waal, Frans B. M., 1996. *Good Natured: The Origins of Right and Wrong in Humans and Other Animals*. Cambridge, MA: Harvard University Press
- Doorman, Maarten, 2006. *A romantikus rend*. Bp., Typotex
- Frick, Willard B. 1989/1971. *Humanistic Psychology: Conversations with Abraham Maslow*, Gardner Murphy, Carl Rogers. Bristol, Indiana: Wyndham Hall Press
- Grogan, Jessica 2013. *Encountering America: Humanistic Psychology, Sixties Culture and the Shaping of the Modern Self*. New York: Harper Perennial
- How did the 1960's counterculture/antiwar impact America culturally and politically?* Yahoo Answers
- Huxley, Aldous 2008. *Sziget*. Bp., Cartaphilus
- Hynes, Samuel, 1968. *The Edwardian Turn of Mind*. Princeton: Princeton University Press
- Kennedy, Gordon and Ryan, Kody 2004. *Hippie Roots and The Perennial Subculture*. Colorfoul Promoter of Healthy Food and Lifestyles. *Los Angeles Times*, August 10, 2004
- Kirkpatrick, Jeane . *Neoconservatism As A Response to the Counter-Culture*. In: *The Neocon Reader*, ed. Irwin M. Stelzer, Grove Press, 234 – 240
- Kripal, Jeffrey 2007. *Esalen: America and the Religion of No Religion*. Chicago: Chicago University Press, 158 skk.
- London, Scott 1996. *The Mysterious Powers of Body and Mind: An Interview with Michael Murphy*. www.scottlongon.com/interviews/murphy.html
- Maslow Abraham, 1997. *The Journals of Abraham Maslow* (ed. Lowry, Richard J.) Monterey, California: Brooks/Cole Publishing, vol.1- 2
- Maslow, Abraham én., *Creativeness, Autonomy, Self-Actualization, Love, Self, Being, Growth and Organismic People* (Mailing List) Maslow Papers, Box 449.19, „Miscellaneous no. 2” folder, Archives of the History of American Psychology, Center for the History of Psychology, University of Akron
- Murphy, Michael 2005. *Utószó*. In: *On the Edge of the Future: Esalen and the Evolution of the American Culture* (ed. Kripal, Jeffrey) Indiana University Press
- Perls, Fritz 2004. *A Gestalt-terápia alapvetése. Terápia testközelből*. Bp., Ursus Libris.
- Randall, Annie Janeiro 2005. *The Power to Influence Minds*. In: *Music, Power, and Politics*. Routledge
- Rogers, Carl, 2009. *Találkozások. A személyközpontú csoport*. (ford. Klein Sándor) Bp., Edge 2000
- Taylor, Charles 2007. *A Secular Age*. Harvard University Press
- Watson J. B. 1913. *Psychology as a behaviorist views it*. *Psychology Review* 20: 158-177
- Wheeler, Gordon, 2005: *Spirit and Shadow: Esalen and the Gestalt Model*. In: *On the Edge of the Future*
- Wolfe, Tom 1977. *The Me Decade and the Third Great Awakening*. In: *Mauve Gloves and Madmen, Clutter and Vine*. New York: Bantam, 126 – 170
- Yalom, Irvin én., *A csoportpszichoterápia elmélete és gyakorlata*. Bp., Animula