

Podlovics Éva Livia

A szorongás néhány filozófiai és pszichológiai aspektusa

A szorongás komplex fogalma filozófiai, pszichológiai, vallási, pedagógiai, neurológiai, egyéb orvosi, illetve más speciális érintettséggel is bír. Jelen dolgozatban filozófiai és pszichológiai tartalmakat vizsgálok a témában írt néhány direkt mű kapcsán: előbb Kierkegaard, majd Heidegger, végül pedig Freud nézeteire reflektálok. Kérdésem az, hogy milyen összefüggés alakítható ki a különböző szerzők fogalmai között; illetve hogy a 19. századi vita a filozófia és pszichológia kapcsán újrafogalmazódik, netán feloldódik-e a fogalomban.

Utóbbi kapcsán a filozófia és pszichológia különbségére rávilágító két szellemi irányra is gondolhatunk: egyrészt a szellemtudományok s természettudományok módszertani különbségét vizsgáló Diltheyra; másrészt a psziché teljes emberi gondolkodást és elmeműködést felölelő pszichológiai nézetének pl. Husserl által megkérdőjelezett problematikájára. Az elsővel kapcsolatban ismeretes, hogy a szellemtudományok tudományosságának megalapozására még a 19. század végén vállalkozott Wilhelm Dilthey. A gondolkodó a hermeneutika, vagyis az értelmezés tudományos módszerével állította szembe a magyarázó (általános törvényeknek megfelelő, tényeket elemző, előrejelzést alkalmazó) természettudományos megismerést, előbbihez kapcsolva az *összefüggések megértését*. Dilthey belátása az volt, hogy a 19. századi természettudományos (kísérleti) pszichológia adatai és oksági összefüggései nem tudnak számot adni az ember egészéről, csupán fiziológiai létezésének feltételeiről. A filozófus „nem vonta kétségbe, hogy létjogosult a természettudományos pszichológia, de úgy vélte, mellette helye van egy olyan lélektannak, s általánosabban, egy olyan tudománymódszertannak, amely az emberre nem mint »lelki gépezetre« tekint, hanem mint kulturális közegben létező, jelentések világában élő tudatos lényre. Az általa szorgalmazott lélektan központi fogalmai így – a *kultúra* mellett – a *jelentés*, a *történetiség* és a *szabadság*. [...] Ennek során nem általános oksági törvények, vagy modellek felállítására törekszik, mint a pozitivistá pszichológus, hanem minél koherensebb, gazdagabb és pontosabb *egyedi értelmezés* létrehozására.”¹ A tudományosság kérdése a szellemtudományokban és a bizonyításokat alkalmazó természettudományokban fontos különbségükre világít rá, ami azóta sem oldódott fel.

¹ OLÁH Attila, szerk., *Pszichológiai alapismeretek*, Bp., Bölcsész Konzorcium, 2006., 26.

A 19–20. század fordulóján, az alakulóban levő (természettudományosságra törekvő) pszichológiával együtt megkezdődött a pszichologizmus elleni küzdelem a filozófiában. A filozófusok ugyanis érintettnek gondolták magukat a gondolkodás kérdéseiben. Ugyanakkor viszont „a kor általános meggyőződésévé vált, hogy a gondolkodással kapcsolatos minden kérdésre a pszichológia fogja megadni a végső választ”.² A filozófiai probléma itt a Brentano, majd Husserl vizsgálódásaival folytatódó intencionalitás kérdése volt, melynek során az elme tárgyra irányulásának elvi kérdésére próbáltak választ találni (amiben pl. nem láttak helyet a pszichés érzelmeknek, hangulatoknak, egyéb tartalmaknak).³ Husserl elutasította azt a nézetet, hogy a pszichés működés részének s így attól függőnek kellene tekinteni pl. a filozófiai logikát. Szerinte ugyanis a logika mint tiszta teoretikus tudomány nem függ a pszichés eseményektől, hiszen a priori és formális jellegű. Vajon a szám fogalma levezethető a számolás pszichikai aktusából? Természetesen nem. Szerinte a faktikus történet nem határozza meg az (ideális) összefüggést, a jelentés idealitását, vagyis az elme működése nincs alárendelve a pszichének; ezzel pedig a szellemtudományos, illetve logikai vizsgálódás a filozófia (s egyéb szellemtudományok) tudományos módszereként érvényes, másrészt ennek a filozófiának létjogosultsága van az elme vizsgálódásai között. (Husserl filozófiai működése egyébként lökést adott a pszichológiának is, melynek egyik irányzata lett a fenomenológiai pszichológia, mely szintén a 19. század fordulóján kezdte meg éreztetni hatásait. „A fenomenológiai lélektan és társadalomtudomány alapfogalma nem a mechanizmus (mint a természettudományos lélektané), nem is a jelentés (mint a hermeneutikáé), hanem *a szubjektív élmény, tapasztalat, a tudatosság tartalma*. Szigorúan értelmezve azt sugallja a pszichológusnak, hogy függessze fel ismereteit, feltételezéseit arra vonatkozóan, milyen a világ, mi létezik benne. Először azt próbálja megragadni és leírni, mi jelenik meg, s milyen formában az élményekben, a tudat tartalmaiban”.⁴ Az előzőekből kitűnik, hogy a 19–20. század kérdései bár szemmel láthatóan elválasztották egymástól a filozófiát és az önmaga létjogosultságát empirikus mérésekkel alátámasztani igyekvő pszichológiát, dolgozatomban arra is megpróbálok választ keresni, hogy fogalmi kapcsolódások révén előbbi elkülönülés megszüntethető-e, s ha igen, akkor ez a két tudományterület kapcsán valójában mit is jelent.

A kérdés megválaszolására elsőként Søren Kierkegaard *A szorongás fogalma*⁵ című tanulmányában kifejtett direkt gondolatait vizsgálom. A filozófus elmélkedései során

² ULLMANN Tamás, *Fenomenológia*: in Olay Csaba, Ullmann Tamás, Kontinentális filozófia a XX. században, Bp., L'Harmattan, 2011. 20.

³ Itt említhető Edmund Husserl vizsgálódása az elme működésére vonatkozóan pl. 1905-ből *Előadások az időről* címmel. A filozófus a dallam kapcsán érvel az elmében működő intencionális aktusokról, melyek egyike önmagára irányul (hosszintencionalitás), s így konklúziója a tudati aktusok egészlegessége, több mint pillanatnyisága.

⁴ OLÁH, 2006. 26.

⁵ Søren KIERKEGAARD, *A szorongás fogalma*, ford. Rácz Péter, Göncöl Kiadó, 1993.

a szorongás eredendő bűnnel, ártatlansággal, szabadsággal, hittel való kapcsolatát vizsgálja a *pszichológia* és a *dogmatika* két területén keresztül.⁶ (Érdekes mindez, hiszen önmeghatározása alapján speciálisan értelmezett pszichológiai, másrészt vallási nézeteket vizsgál a szerző, miközben gondolatmenete teljes egészében filozófiai kontextusba ágyazott. Épp ezért vélem úgy, hogy a nézetek összehasonlítása a szerzők kapcsán eredményes lehet.) A két terület közül az első meghatározása így hangzik: „[A]mivel a pszichológia foglalkozhat, az az, *hogyan* keletkezhet a bűn”,⁷ tehát *nem* a bűn megítélésével, hanem kialakulásának mikéntjével, lehetőségével foglalkozik, még a *bűn megvalósulása előtt* (az empirikus eredményeket mellőzve). A pszichológia bűnre vonatkozó előzetes kidolgozását keresztény dogmatikai vizsgálattal viszi tovább.⁸ A két terület kapcsolatát így foglalja össze: „miközben a pszichológia a bűn reális lehetőségét deríti föl, a dogmatika az eredendő bűn, vagyis a bűn eszmei lehetőségének magyarázatát adja.”⁹ Azt kell tehát itt észrevennünk, hogy mindkét terület a *megvalósulást megelőzően* vizsgálja a bűnt, még az etika előtt.¹⁰

A bűn és az eredendő bűn pszichológiai és dogmatikai vizsgálata szoros, szerves kapcsolatban áll egymással, így az első kérdés rájuk vonatkozóan az, hogy Ádám eredendő bűne¹¹ kiterjeszhető-e minden emberre; majd az, hogyan követhet el az ember bűnt, ha már eredendően bűnös. A filozófus érvelése szerint Ádám első/eredeti bűne elkövetésével jelent meg maga a bűn a világban, mely egy új *minőséget* jelent (ami egyben az *emberiségben rejlő lehetőség* a bűnre). A dogmatikai magyarázat támasztópillére a Genézis elgondolása arra vonatkozóan, hogy „az ártatlanság tudatlanság”,¹² vagyis

⁶ Az 1844-ben megjelent mű alcíme *Vigilius Haufniensis egyszerű pszichológiai irányú vizsgálódása az eredendő bűn dogmatikai problémájával kapcsolatban*. Haufniensis Kierkegaard álneve, a vizsgálat pedig a pszichológia és a dogmatika két fő területén működik.

⁷ A szerző értelmezésében – a mai felfogáshoz képest – a pszichológia olyan megfigyelő tudományt jelent, melynek semmi köze „az empirikus valóság részleteihez, kivéve, ha ez a bűnön kívül van”. KIERKEGAARD, i. m. 30.

⁸ „[D]ogmatikával az a tudomány kezdődik, amely a szigorúan vett úgynevezett ideális tudománnyal ellentétben a valóságból indul ki. A valósággal kezdi, hogy azt az ideálisba emelje.” Megmarad tehát a dogmatika vallási tartalma azzal, hogy tárgyat az ideálisba emeli; ugyanakkor még az az előnye is megvan, hogy a tárgy kiindulópontja a mindennapi élet realitása, ezzel pedig még erősebben köti egymáshoz a szakralist és a szekulárist.

⁹ KIERKEGAARD, 31.

¹⁰ A filozófus első és második etikát különböztet meg egymástól, melyek feladata a már elkövetett bűn *megítélése*. A gyakorlati etikai viszonyulás „sosem megfigyelő, hanem vádló ítélkező, cselekvő”. Uo. 30. A jelenlegi pszichológia szempontjából nézve, amennyiben a szorongás vizsgálata kapcsolatba hozható a kierkegaard-i bűnnel, akkor az a bűn elkövetése utáni etikai fázisban történhet, pl. pszichoterápiák segítségével.

¹¹ Mind a dogmatika mint vizsgálati mód, mind pedig a példa rámutat arra, hogy Kierkegaard a bűn fogalmát a kereszténységhez kötötte, ami alapvető különbség közte és a később vizsgált gondolkodók között.

¹² KIERKEGAARD. 47. Az ártatlanság tudatlanságát követi a tudás, melynek (szintén) szorongató lehetőségébe sodorta Isten tiltása az első emberpárt.

a jó és rossz nem tudása, mely az első emberpár jellemzője volt.¹³ Az egyén úgy tudja „beváltani” a bűn általános lehetőségét, ha mindennapos tevékenysége során bünt elkövetve átlépi a (bűnös, nem bűnös) minőségi különbség határát, következésképpen egy személy lehet ártatlan állapotban is.

Kierkegaard szerint azonban az ártatlanság és szorongás között is van kapcsolat (első fejezet 5. §).¹⁴ Ennek magyarázata az, hogy aki a szorongás (és nem bűn cselekvése) által lesz bűnös, az ártatlan (hiszen nem követ el bünt), abban viszont mégis bűnös, hogy elmerül a szorongásban (vagyis a filozófus szerint *az ember feltétlenül bűnös*). Ennek alapja az az elgondolás, mely szerint az ember a lelki és testi szintézise, mely a szellemben egyesül. Kierkegaard értelmezése ennél tovább lép, s kijelenti, hogy az ártatlanságban levő szellem egyrészt ellenséges (mert a testi/lelki kapcsolat zavarja), ugyanakkor pedig jó szándékú is (mert szintézist akar teremteni), amihez az ember viszont csak szorongással képes viszonyulni. „Nem bűnös, mégis annyira szorong, mintha elveszett volna”,¹⁵ vagyis a filozófus *pszichológiai* vizsgálata szerint *az ártatlanságban rejlő szorongás az oka az egyedi emberben rejlő bűn lehetőségének*. A kétféle bűn megkülönböztetésére végül két fogalmat használ: *objektív szorongás* alatt „a generáció bűnösségének visszatükröződését értjük a világban”;¹⁶ míg *az egyén szubjektív szorongása* a személy ártatlanságához kapcsolódik, *s a tudástól és szabadságtól való szorongást jelenti*.

Fejtegetéseit azzal zárja Kierkegaard, hogy a szorongástól való megszabadulás módját írja le a keresztyén Istenben való hit ereje által. Ennek tulajdonképpeni próbája az élet maga, ami „olyan kaland, melyben minden embernek helyt kell állnia: meg kell ismernie a félelmet, a szorongást, hogy ne vesszen el amiatt, hogy soha nem félt. [...] aki megtanult méltó módon félni, az tanulja a legtöbbet. [...] akit a szorongás nevel, azt a lehetőség neveli és csak az fejlődhet az éjig”.¹⁷

¹³ Következménye az, hogy Éva Ádamból származtatott megjelenésével létrejött a nemiség (szexuális), s vele az emberi nem története is. Utóbbi az ember eredeti állapotának kifejezésre jutásához (test-lélek-szellem) szükséges, ami olyan *valóság*, melyet megelőz a *szabadság lehetősége*. Ez a lehetőség a *létre való képesség*, melyet a valósággal állít szembe Kierkegaard. Ez a fogalmiság később visszaköszön Heideggernél.

¹⁴ Bár Kierkegaard folyamatosan a hegeli filozófia ellenében fejtette ki állításait, ettől függetlenül a szellem fogalmát szabadon használta. Az ártatlanság állapotában levő ember csak lelkileg meghatározott, szelleme álmodik. Béke és nyugalom honol ebben az állapotban, de még valami más is, a semmi. Ez a semmi pedig hatását tekintve szorongást okoz, amint saját valóságát tervezi álmában. A szorongás az „álmodó szellem meghatározása”. I. m. 51. Említésre méltó itt a továbbiakban „az önmagam és másik valóm közti különbség” tételezése, mely „ébreden létezik, az alvás állapotában felfüggesztett, álom közben a semmire való utalás” (i. m. 51.), illetve a félelemnek a szorongástól való elkülönítése, ami teljesen egyező a későbbi elgondolásokkal „e fogalom teljesen különbözik a félelemtől [...] amely egy meghatározott dologra vonatkozik, míg a szorongás a szabadságra” (i. m. 52.).

¹⁵ I. m. 55. Az ártatlanság itt a szorongás révén az Isten tiltásával és büntetésével kerül kapcsolatba.

¹⁶ I. m. 68. Ez az Ádám eredendő bűnével megjelent általános lehetőség a bűnre, mely kihát az egyénre is. A későbbi pszichológiában a kollektív tudattalan jungi fogalma kapcsolható ide.

¹⁷ I. m. 181.

A dán filozófus elgondolásának ismertetése során gondolatmenete sarokpontjaira mutattam rá. Összefoglalva az állapítható meg, hogy Kierkegaard a szubjektív (bűnt megelőző, pszichés) és objektív (bűnt megelőző, dogmatikus) szorongásfogalmak alkalmazásával rámutatott arra, hogy az ártatlan ember is szorong, s ezzel bűnt követ el, másrészt pedig az első emberpár által elkövetett eredendő bűn miatt társadalmi szinten is bűnösnek tekinti az embert. Az egyén konstans szorongása az élet tanítómestereként szolgál, melyet előbb megtapasztalni, majd elvetni érdemes a hit segítségével.

Az előzőekhez viszonyítva Martin Heidegger elképzelése a szorongás kapcsán hasonlóságokat és eltéréseket is mutat. A szerző a *Lét és időben*¹⁸ és a *Mi a metafizika?* című rövidebb tanulmányban is rámutat a diszpozíció fontosságára.¹⁹ A filozófus a fogalmat a *Lét és idő* 40. §-ában kitüntetett diszpozícióként, a *gondból* származtatott olyan emberi jellemzőként tekinti, mely a megértés mellett a jelenvalólét *fundamentális* egzisztenciáléja. Hogy miért kitüntetett diszpozíció a szorongás? Mert benne a jelenvalólét a világba belevetettként – bár önmagát elfedve – képes magát meglátni. Arról szerezhetünk a 40. §-ban tudomást, hogy a jelenvalólét a szorongás ontikus megfelelőjében, a *hangulatban* tárul fel önmagának, önmagával úgy szembekerülve, ahogyan faktikusan van. A hangulatban tehát belevetettként és önmaga megtalálójaként is lehet a jelenvalólét. „A diszpozíció nemcsak feltárja a jelenvalólétet belevettségében és a létevel már mindenkor feltárult világra való ráutaltságában, hanem maga az az egzisztenciális létmód, amelyben a jelenvalólét folyamatosan kiszolgáltatja magát a »világ«-nak, hagyja magát illetni tőle úgy, hogy valamiképpen kitér önmaga elől.”²⁰ A világba vetett ember megtalálhatja belevetett önmagát, és el is fordulhat önmagától (elutasítva a lét teherjellegét). Mivel azonban az ember a világban elsődlegesen nem önmagaként érti meg magát, nem is önmaga lehetőségeit ragadja meg vagy utasítja el, vagyis a világba belevetve *hanyaglik*. Az, hogy önmagát akárkiként ragadja meg, azonban azt is jelenti, hogy preontológiailag megértett *saját* létét elutasítja, menekül tőle, vagyis *valahol már* szembenézett önmagával, sőt „feltárultan »jelen« van az,

¹⁸ Martin HEIDEGGER, *Lét és idő*, ford.: Vajda Mihály, Angyalosi Gergely, Bacsó Béla, Kardos András, Orosz István, Bp., Osiris, 2004.

¹⁹ HEIDEGGER, *Mi a metafizika?* 22. Utóbbi előadást 1929-ben, már a Freiburgi Egyetemen tartotta Heidegger, s ez az írás a szorongás fenomenjét tekintve némileg más, mint amit a *Lét és időben* fogalmaz. A későbbi tanulmányban ugyanis olyan kérdésként kerül elő a semmi problematikája, melynek szoros kapcsolata van a létező mindenségével, vagyis a minket körbevevő egésszel. A két fogalmat egymást nélkülözni nem tudó ellentétpároként a szorongás pillanataiban érhetjük tetten: a semmi (végesség) teszi lehetővé a világ egészének (tudományos és a természetes emberi alaptörténeéből eredő) vizsgálatát. A semmi így nem idegen, hanem nagyon is a létező létehez tartozik: semmitve lebegtet (minket) embereket úgy, hogy az egészében vett létezővel (világ) együtt elsiklunk. Ez a mi, aki elsiklik, azonban az „akárki”. Ő az, aki otthontalanul ellebeg. „Ami még jelen [da] van, az a tiszta jelenvaló-lét, ennek a lebegésnek a megrendülésében, mely lebegésben ez a tiszta jelenvaló-lét már semmire sem támaszkodhat.” I. m. 22.

²⁰ HEIDEGGER, 2004. 168 (SZ 139).

amitől a jelenvalólét elfordul²¹ (bűnössége pedig éppen önmaga elutasításából fakad). A menekülés ebben az esetben viszont nem a félelmen alapul, hiszen annak az oka mindig valamilyen konkrét *világon belüli* létező, s ekkor a többiekhez való odafordulás és bennük való feloldódás történik. Az önmagunktól elfordulás így másból kell hogy kiinduljon, ami nem lehet más, mint a szorongás.²²

A szorongás fenoménjében a *Lét és időben* első alkalommal mutatkozik meg az emberi létet leíró emberi *kettősség*, az ember egzisztenciális szerkezetének *teljessége*, vagyis a szorongás segítségével két *emberi létmódot* (a tulajdonképpeni és a nem tulajdonképpeni létet) láthatunk meg. Heidegger megadja a szorongás miértjét (cél) és mitőljét (ok) is. „A szorongás mitől-jében a »semmi az és nincs sehok« nyilvánul meg.”²³ Azt jelenti ez, hogy a szorongás céljának és okának meghatározásaként egészen egyszerűen a jelenvalólét világban-benne-létét,²⁴ nem pedig valami fenyegető világon belüli létezőt érthetünk. Okként ez azt jelenti, hogy a szorongó és egyben nyiladozó értelmű, társairól levált s emiatt megsemmisült, önmagát jelentéktelennek érző ember a világtól, az abban léttől, az abban lenni tudástól vagy nem tudástól szorong. Ugyanakkor a szorongás „célja” is a világban-benne-lét, hiszen a diszpozícióban a jelenvalólét magára marad, mégpedig tulajdonképpeni-benne-lenni-tudására. Ezzel pedig megnyílik az ember előtt létlehetőségének *szabadsága*. Ahogyan Schwendtner Tibor megfogalmazza: „E tapasztalatot [a szabadságot] végső soron annak köszönheti [az ember], hogy a korábban otthonos világ a teljes jelentés- és jelentéktelenségbe süllyed, »amely a semmiben és a sehokban mutatkozik meg. (SZ 187.) A világ semmijének háttérében mutatkozik meg számunkra világban-való-létünk *egésze és kontingenciája*».”²⁵ Nagyon jelentős, mondhatni pozitív emberi tapasztalat a szorongás Heideggernél, amelyet átélve adódik az az emberi lehetőség, hogy magunkról ne csak mint a tömeg egyes emberéről, hanem mint énről gondolkodjunk, vagyis az akárki-léttel való szembenézést jelenti.²⁶ A diszpozíció fontossága tehát az, hogy megjeleníti az önállóságra képes és az olyan ember létlehetőségét is, aki nem szeret önálló lenni, aki menekül ez elől a teher elől. Érthető ennek miértje is, hiszen a szorongás elszigetel, és „hátorzongató idegenséget”, otthontalanságot ébreszt.

²¹ HEIDEGGER, 2004. 217 (SZ 184). Vagyis a világ.

²² „mely azután a maga részéről egyedül teszi lehetővé a félelmet”, *uo.*, 219 (SZ 186).

²³ I. m. 220 (SZ 187).

²⁴ „Amiért a szorongás szorong, azonosnak bizonyul azzal, amitől szorong, a világban-benne-léttel.”, *Uo.* Megjegyzendő, hogy Kierkegaard-nál is a tudástól és szabadságtól valóként jelent meg a szorongás, bár a dán filozófus levezetési útja és tartalma teljesen más, mint a heideggeri.

²⁵ SCHWENDTNER Tibor, *Heidegger tudományfelfogása: (Az 1919–1929-es időszak írásainak tükrében)*, Bp., Osiris, 2000. 146.

²⁶ Olay Csaba vonatkozó megjegyzése az, hogy „az inautentikus létezésről szóló fejtegetések egyik lényeges gondolata úgy fogalmazható meg, hogy a mások viselkedéséhez és gondolkodásához való nem tudatos igazodás állandóan fenyegeti az emberi létezés önállóságát és szabadságát”. OLAY Csaba, *Hannah Arendt politikai egzisztencializmusa*, Bp., L'Harmattan Kiadó – Magyar Filozófiai Társaság, 2008, 67.

A két filozófus gondolatmenetének rövid ismertetése után az látható be, hogy Heidegger és Kierkegaard mindketten tételezik az emberi bűnt²⁷ – bár merőben más tartalommal –, melynek kapcsolata a szorongással nagyon erős. Hasonlóságuk az is, hogy a szorongás mindkettejüknél valami megmagyarázhatatlan dologból ered, míg a félelem oka sokkal hétköznapiabb, könnyen utolérhető. A további értelmezést segíti Vajda Mihály tág perspektívája, aki *A posztmodern Heidegger* című írásában Kierkegaard *Halálos betegségével*²⁸ veti össze Heidegger gondolatait. A szerzők közösségeként arra világít rá, hogy „mindkettőjük törekvése azonos: megrendíteni az »újabb filozófia« emberképét, amely Kierkegaard szerint kereszténykedő (de végső soron pogány, s mint-hogy kereszténynek álcázottan jelenik meg, ezért a pogánynál sokkal problematikusabb), Heidegger szerint pedig »metafizikai«”.²⁹ A keresztény dogmatikán keresztül vizsgálódó Kierkegaard ezt problematizálhatta, azonban a teológiai fogalmiságot kerülni akaró Heidegger számára a „kereszténység emberképe is csupán egyik változata a metafizika emberfelfogásának; az antik-kereszténynek nevezett antropológia lehetetlenné teszi a jelenvalólét létére irányuló alapvető kérdést”.³⁰ Vajda szerint épp ezért Kierkegaard „pusztán” egzisztensen, s nem egzisztenciálisan vetette fel kérdéseit, így „csak” olyan válaszokat kapott, melyekkel nem tudott kilépni a korábbi filozófiatörténet hatása alól, vagyis heideggeri értelemben nem voltak megfelelőek. Heideggernél egyébként a bűn a lelkiismerettel kerül közvetlen kapcsolatba, míg ez a fogalom a dán filozófusnál nem jelenik meg. Ezzel ellentétesen, a vallási fogalmakat és tartalmakat (pl. a bűnbeesés története) Heidegger próbálta távol tartani a létező fenomenjeitől.

A két filozófus után egy korszakalkotó pszichológus nézeteit fejtem ki a szorongás kapcsán. Sigmund Freud folyamatosan fejlesztette elgondolását, s tevékenysége alatt három különböző típusú szorongást különböztetett meg: a reális vagy valóságsszorongást, a neurotikus szorongást és a morális vagy erkölcsi szorongást.³¹ A *Bevezetés a pszichoanalízisbe* című előadásai közül a huszonötödikben a *reális és neurotikus szorongásos válfajokról* beszél. (Az előadásban a két szorongás formai jellemzőit, okait, lefolyását, kezelését vizsgálja, mellyel egy átfogó, úgyszólván fenomenológiai jellegű

²⁷ Heideggernél a bűn a saját életlehetőségünk elszalasztásából ered, épp ezért állandóan bűnös az ember, hiszen folyamatosan nem tulajdonképpeniségbe hull vissza.

²⁸ A tanulmány eredeti címe *Die Krankheit zum Tode*. Vajda a két szerző egyik lényegi különbségeként a keresztény hitvallást ragadja meg, ami emberre vonatkozó értelmezésük *alapvető* különbségében, tárgyuk megközelítésében is jelentkezik.

²⁹ VAJDA Mihály, *A posztmodern Heidegger*, MTA Könyvtár Lukács Archívuma, T-Twins Kiadó és a Századvég Kiadó, Bp., 1993, 25.

³⁰ *Uo.*, 27.

³¹ Tudjuk, hogy már 1895-ben megkülönböztette a szorongásos neurózis két fajtáját, melyet aztán 1926-ban továbbgondolt. Dr. CSIGÓ Katalin, *A szorongás modern pszichoterápiás kezelési lehetőségei*, 2020. szeptember 02., http://medicalonline.hu/gyogyitas/cikk/a_szorongas_modern_pszichoterapias_kezelsei_lehetosegei, Letöltés: 2022. 01. 25.

vizsgálatot végez Freud.) A reális szorongásról azt írja, hogy „reakció egy külső veszély, azaz várt, előre látott bántalom észlelésére, összekapcsolódik a menekülés reflexével, s az önfenntartás megnyilvánulásaként fogható fel”,³² mely reakció függ tudásunktól, élettapasztalatunktól. Nem értelmes, netán célszerű cselekvés, hiszen különbsége a tárgyra irányuló félelemtől az, hogy „az állapotra vonatkozik, s eltekint a tárgytól [...] az ember a szorongással védekezik az ijedtség ellen”.³³

A neurotikus szorongás során egyfajta általános aggodalmaskodás jellemző, melynek egyik formája a *szorongó várakozás*. Az ebben szenvedők mindent sötétben látnak, túlzottan aggodalmaskodók, pesszimisták. Ezen szorongás másik formája a *fóbiás szorongás*, mely a tárgyakhoz vagy helyzetekhez kapcsolódó pszichés kötődést jelenti (pl. pók, sötétség, kígyó stb.). A várakozásos és a fóbiás szorongást Freud összekapcsolja a szexualitással, a libidóval: ha a libidót eltérítik a normális felhasználástól – ami a szorongást létrehozza –, az a testi folyamatok talaján jelenik meg.³⁴ A hisztéria és a kényszerneurozízis esetén a lelki „hatósági tilalmakkal”³⁵ is ugyanezt az „eredményt” lehet elérni. (Hisztéria esetén elfojtásból ered a szorongás; míg kényszercselekvéseknél a tünetképződés [mosakodás, szertartások] elfedi a szorongást.) Fiziológiailag a szorongás egyfajta indulatban teljesedik ki, mely egyrészt motorikus beidegződésekben/levezetésekben, másodsor pedig érzetekben (pl. a mozgási aktusok észlelése, valamint gyönyör- és kínérzésekké, melyek az indulatot hangolják) jelentkeznek.

Freud összeköti a neurotikus szorongást (amely természetellenesen felhasznált libidó) a reálissal (ami a veszélyre bekövetkező visszahatás): „[a] mint a külső veszély elől való menekülési kísérletet felváltják a kitarítás és a védelemre irányuló célszerű intézkedések, akként a neurotikus szorongás kifejlődése is átengedi helyét a tünetképződésnek, ami a szorongás megkötését eredményezi.”³⁶ Ha mindezek eredetét keressük, akkor „a szorongás gyerekekben való keletkezése s a fóbiákhoz kötött neurotikus szorongás eredete felé fordulunk”.³⁷ Fontos az, hogy Freud a születéshez köti az első szorongási élményt, mely „az anyától való elszakadásból”³⁸ ered, melyet aztán minden szorongásos

³² Sigmund FREUD, *Bevezetés a pszichoanalízisbe, A szorongás, Huszonötödik előadás*, ford. Hermann Imre, Bp., Gondolat – Talentum Kiadó, 321.

³³ Uo., 322.

³⁴ Például ha a túl erős vágy nem kerül levezetésre, vagy az aktus megszakításakor, vagyis ha a nemi megtartóztatás révén hiányzik a libidó, akkor veszi át a helyét a szorongás.

³⁵ Uo., 329.

³⁶ Uo., 330.

³⁷ Uo. Ezen az úton haladva Freud rámutat arra, hogy a neurotikus szorongás hajlama megmutatkozik a reális szorongásra való hajlandóságban, amikor a gyermek „csalódása és vágyódása alakul át szorongássá, tehát kihasználatlanul maradt libidó, amely ilyenkor nem tartható lebegésben, hanem szorongásként le kell vezetődnie. [...] a helyzetben megismétlődik a születés alatti első szorongásos állapotnak a feltétele: az anyától való elszakadás”. Uo. 331–332. A fóbiák ugyanígy a gyerekkori szorongásra vezethetők vissza: az elfojtott képzetekhez tartozó indulatból lesz a szorongás.

³⁸ Uo., 323.

élmény során újra átél a személy. Tematizálva a reális és a neurotikus szorongást, Freud belátása az, hogy az első szakaszban a libidó elfojtása után születik meg a szorongás, míg a második szakaszban az óvintézkedések felépítése történik, melyek azt teszik lehetővé, hogy elkerüljük a veszélyt (a szorongató esemény után tehát elkezdi felkészülni a következő hasonló eseményre a személy). Összefoglalóan megállapítható, hogy Freud végső soron neurotikus állapotnak tekintette a szorongást, melynek eredeti oka az anyától való elválás, amely folyamatosan megismétlődik a későbbi esetekben, legyenek ezek várakozásból, fóbiákból, hisztériából, kényszerességből eredő előfordulások. Kettős elképzelése a reális és neurotikus szorongásról előképe a későbbi elgondolásoknak, melyek korunkban is kérdésként adódnak, s az elvégzett különböző területek eredményeinek (pl. pszichoanalízis, neobehaviorizmus) összekapcsolását igénylik.³⁹

Freud és a két filozófus nézeteinek összehasonlításakor azt láthatjuk be, hogy Kierkegaard bűnnel kapcsolatba hozható pszichológiai-dogmatikai szorongása nem vonatkoztatható közvetlenül Freudhoz, azonban Heidegger világtól való szorongása összevethető Freud reális-neurotikus szorongásával. Utóbbiak összeillesztésekor a reális szorongás egyfajta reakcióképződésként érthető, míg a megelőző neurotikus szorongás ősokeként megadott csalódás (nem az anya közelít), illetve a vágyak beteljesedésének megakadása nagyon is jellemző a világra. Ha rákérdezünk azonban arra, hogy Freud pszichoanalitikus mélyrétegei összekapcsolhatók-e Heidegger intencióival az emberi elfedtettség kapcsán, akkor azt mondhatjuk, hogy aligha. Utóbbinak ugyanis nem az a célja, hogy lelki elégedettséget érezzen az ember, sokkal inkább az, hogy önmaga legyen; míg előbbinek nem az egyéniség kifejllesztése a célja, hanem a minél harmonikusabb illeszkedés a különböző családi s szocializációs közegekhez.

Freud harmadik, morális vagy erkölcsi szorongása a lelkiismerettel való kapcsolatból adódik, s az elsajátított erkölcsi szabályok megszegéséből ered. Heideggernél szintén megjelenik a lelkiismeret fenoménje, de sajátosan értelmezve: az ember saját magával számol el arról, hogy sajátjaként éli-e életét, visszavéve azt másoktól, hogy aztán saját közösséget alakítson ki az általa választott másokkal. Freud lelkiismerete a társadalom, szülők által ránk szabott normák elfogadását jelenti, így a tiszta lelkiismeret által megszerzett szabadság értéke viszonylagos. Éppen ezért van az, hogy Freud a szorongásra betegségként tekint, és pszichoanalitikus eszközökkel kezeli, míg Heideggernél a szorongás a saját életét élni kívánó ember üdvözlendő célja.

³⁹ Korunkban azt láthatjuk, hogy a szorongás tárgyakra adott ösztönös reakciókénti felfogását a neobehaviorista pszichológusok tanult reakcióként értelmezik, „amely olyan jelzésekre (feltételes ingerekre) következik be, melyek előre jeleznek egy bizonyos fájdalmi vagy sérülést jelentő szituációt (feltétlen inger), azaz a múltban ilyen szituáció követte őket. A szorongás tehát jellegében elsősorban megelőző” – ahogyan Mowrer fogalmazza *A szorongás inger-válasz elméletében*, idézi PLÉH Csaba, *A lélektan története*, Osiris, Budapest, 512. Freud megkülönböztetése mindkettőt tartalmazza, sajátos terminológiájával.

Úgy vélem, hogy a három gondolkodó nézeteinek segítségével képet kaptunk a szorongás különböző aspektusairól. A filozófiai s pszichológiai nézetek összevetéséből az látható be, hogy a pszichológia freudi alapjain nem az empirikus számítások, hanem az egyediséget tételező nézetek s a megfigyelés mentén halad a pszichológiai munka.⁴⁰ Erre utal az is, hogy Freud munkássága a pszichológia területén jellemző három tudománymodell (természettudományos-pozitivista, hermeneutikus-értelmező, fenomenológiai modell) közül utóbbi kettőhöz kapcsolható. Újdonsága a pozitivista pszichológiához képest az volt, hogy Freud már nem pusztán a tudattal azonosítja a lelket, s a tudatosságot nem tartja a lelki élet fő fókuszának.⁴¹ A Freudot követő mélylélektani iskolák között – melyek szintén az ember egyediségét tartották szem előtt – az Adlerrel (individuálpszichológia) és Junggal jellemezhető önálló iskolák említhetők, valamint az Anna Freud és Heinz Hartman által kidolgozott egopszichológiai irányzat, mely a személy alkalmazkodási funkcióinak tulajdonít nagy szerepet. Ezek a pszichológiai irányvonalak afelé mutatnak, hogy a pszichológia kísérleti oldala nem az egyetlen iránymutató megtermékenyítő irányzat ezen tudományon belül. Ugyanakkor Heidegger felől nézve a tudományos együttműködés jelének tekinthetőek a Zollikonban tartott szemináriumok, s barátsága a svájci pszichoterapeutával, Medard Boss-szal a filozófia és a pszichológia/daseinanalízis összekapcsolódásához vezetett. Ebből a szempontból a három gondolatkör összevetése azt jelzi, hogy a pszichológiai és filozófiai diszciplínák közötti kapcsolat legalább bizonyos szempontból fenntartható, hiszen a pszichológia eklektikus fejlődése, továbbhaladása teret enged a nem empirikus pszichológiának is, mely számot vet a filozófiával.

⁴⁰ Bár Freud nézete határozottan az volt, hogy a psziché befolyása alatt áll az elme működése.

⁴¹ Elméletének meghatározó elemei a lelki készülék tételezése, amellelt hogy kidolgozta a pszichoszexuális fejlődési szakaszokat, valamint hogy kialakította teóriáját néhány lelki zavar keletkezési mechanizmusairól; s hogy kialakította a pszichoterápiás eljárást is, mely manapság is elterjedt.