

VARGA ZSUZSA

A DEPRESSZÍV ÁLLAPOTOKTÓL A PSZICHOTIKUS DEPRESSZIÓIG

BEVEZETŐ

Ismert fizikai objektum a fekete lyuk. Azokat a csillagokat nevezik így, amelyek a részecskék közötti rendkívüli nagy gravitációs erő folytán kicsire zsugorodnak és láthatatlanok, mert a fényenergiát is, mint minden más energiát magukba nyelik. Környezetük ad róluk hírt. Bizonyos csillagok életútjának utolsó stádiuma ez. Amikor először hallottam a fekete lyukról, az az élményem támadt, hogy ez olyan, mint a depresszió vagy a depresszív állapot. A depresszív ember is összezsugorodottnak éli meg magát, „beszűkül” — ahogy a szaknyelv mondja. A beteg kevés életjelt ad magáról, lelki energiáit magába nyeli, önmagával teremt kontaktust. Lelki „részecskéi” egymásba kapaszkodnak, nem a külvilágba.

Létezik bizonyos csillagoknak olyan életstádiuma, amelyben a gravitáció ellenében ható erők érvényesülnek inkább, így a csillag hatalmasra duzzad. Ezt a fajta csillagot vörös óriásnak nevezik. Nem minden csillag jut el ebbe a stádiumba, mint ahogy a fekete lyuk állapot is csak egyes csillagokra jellemző. A vörös óriás a mániás állapottal rokonítható. De bármennyire is csábító ez a hasonlóság, akkor is csak metafora, olyasmi, mint a költői kép. De mint ahogy a költői kép is — mivel a valóság művészi átdolgozásából születik — segíthet a valós élmények mélyebb átélésében, úgy egy ilyen csillagászati metafora is gazdagíthatja a lelki jelenségekről alkotott elgondolásainkat. Összefüggést a lelki jelenségek és a csillagászat között nem tételezek föl, ez az asztrológia dolga, nem a pszichológiáé. Annak azonban érdemes utánajárni, hogy vajon az a tudós (vagy tudósok), aki(k) ezekre az objektumokra fel-

figyeltek — feltéve, hogy nem mindennapi, egész lényüket átjáró vonzalmat éreztek éppen a csillagok tanulmányozása iránt —, nem éltek-e át depressziós, illetve mániás állapotokat, tudományos érdeklődéssel próbálván leküzdeni azokat. Ez idáig fantázia. De térjünk át a pszichológia területére. A lelki folyamatok vizsgálata során nemcsak magát a lelki jelenséget akarjuk megismerni, hanem annak sorsára, viszontagságaira is kíváncsiak vagyunk. Nem biztos, hogy egy lelki jelenség közvetlenül tud érvényesülni. Freud „Ösztönök és ösztönsorsok”-ról beszél. Hermann „Az ember ősi ösztönei”-ben külön fejezetben elemzi például a megkapaszkodás szindrómáit és elágazásait; egy másik fejezetének címe: „Az ösztönök és ellenerők elhárítása, társadalomállóvá tételük.”

Dolgozatomban én sem szorítkozom kizárólag a depresszió vizsgálatára, hanem kitérek a depresszió elhárításául szolgáló jelenségekre is. Ilyen például egy másik — nevezzük így: ellen-betegség —, jelen esetben a mánia vagy egy hétköznapi megnyilvánulás, a humor vagy akár egy szublimációs termék, például tudományos felfedezés vagy művészi megjelenítés. E két utóbbi elrejtve, álcázva hordozza ugyan a betegséget, de legyűri azt, hiszen jelentős ellenerők védik a betegség felszínre törését: valóságérzék, tehetség, társadalmi szempontok és így tovább.

A témával kapcsolatos olvasmányaimon, klinikai és mindennapi tapasztalataimon elgondolkodva úgy találtam, hogy a depresszió kérdésének egyik sarkalatos pontja a megőrzés problémája. Mit értek ezen? Úgy tűnik, hogy a depresszió valahogy a megőrizni nem tudással függ szorosan össze, a hermanni fogalomrendszerbe helyezve ezt: a kapaszkodni nem tudással. Dolgozatomban a megőrzés vezérfonalként szerepel. Ezzel egyúttal az a szándékom, hogy ne engedjem széthullani azt a szerteágazó anyagot, amiről majd beszámolok. A vezérfonal megőrzi majd az egységet. A dolgozat első felében három szerzőnek a depressziót érintő legfontosabb gondolatát ismertetem: Freudét, Bak Róbertét és Hermann Imrét. Mindhármán olyan alapvető kérdéseket firtatnak, amelyek nélkülözhetetlenek a depresszió kérdésében való elmélyüléshez.

I. FREUD ELGONDOLÁSA A „GYÁSZ ÉS MELANKÓLIA” (1925) CÍMŰ MUNKÁJÁBAN

Freud abból a kérdésből indul ki, miben különbözik a gyász a melankóliától. Mindkettő tárgyvesztésre adott reakció — legyen az a tárgy valóságos személy vagy eszme, ideológia. Mindkettő hasonló tüneti képet mutat: a személy nem érdeklődik a külvilág iránt, elveszti szeretőkéességét, tevékenységei legátlódnak. Mi hát a különbség közöttük? Az — mondja Freud —, hogy a melankóliás képhez még egy tünetcsoport társul: az önbecsülés elvesztése, a szüntelen önvádítások, amelyek a büntetés hallucinatorikus úton való elnyeréséig fokozódhatnak. Mindez a gyászra nem jellemző. A gyász

és a melankólia dinamikájában is feltűnő hasonlóságok és éles különbségek fedezhetők fel. Ha a szeretett tárgy nincs többé, a személyt a valóság arra készteti, vonja vissza libidóját a nemlétezőről. Egészséges gyász munka esetén az egyén elfogadja a valóságot. A tárgy megszállására fordított energiát fokozatosan visszavonja, közben az elvesztett tárgy lelki valóságát (divatos szóval: reprezentációját) tovább őrzi, azaz lelkében mégiscsak életben tartja az elvesztettet. Egy ideig görcsösen kapaszkodik az emlékekbe. Ha azonban átengedi magát a gyász fájdalmának, a túlmegszállás alábbhagy. A görcsös ragaszkodás oldódik, a gátlások csillapodnak vagy megszűnnek, az egyén felszabadul. Ezt nevezi Freud befejezett gyásmunkának.

A melankóliában, még ha tudjuk is, kit vesztettünk el, nem tudjuk, mit vesztettünk el benne — mondja Freud. Így a melankólia egy tudattalan elemet is tartalmaz. A melankóliás énje az örökös önvádolás és az önértékelés csökkenése folytán elszegényedik, beszűkül, elszürkül. Gyász esetében a világot érezzük üresnek, a melankóliában önmagunkat. De aki figyelmesen hallgatja a melankóliás önbecsmérléseit, meghallja, hogy a panaszáradat valójában az elvesztettnek szól, nem a vesztőnek. Mintha a beteg az őt elhagyottat vádolná, nem saját magát. Haragot érez az elvesztett iránt.

A tanulmányban Freud a libidó-visszavonás dinamikájára is feleletet ad. A libidó azért kerül vissza az énbe, ahelyett hogy más személyekre tolódná át, mert az én kerülő úton ugyan, de mégis ragaszkodik az elvesztett tárgyhoz. Ha másképp nem, hát lelki reprezentáció formájában akarja megőrizni. A megőrzésnek, azaz a libidó énbe vetülésének útja az azonosítás az elvesztettel. A személy felveszi az eltűnt tárgy tulajdonságait, vagy annak egy részét. Például egy asszony, aki üzleti ügyekkel foglalkozó férjét elvesztette, sikeres gyász esetén folytatja férje üzleti tevékenységét, így azonosít vele. Ez a fajta azonosítás (és megőrzés) az érett tárgykapcsolathoz vezető identifikáció mentén, s a felettes én kialakulásának mintájára történik. Ha azonban az egyén nem szeretette az elvesztett tárgyat, ambivalencia-konfliktusok éltek benne iránta, akkor az azonosítási folyamatba is belevegyül az agresszió.

A melankóliásra — mondja Freud — az identifikáció előfoka jellemző, ami orális bekebelezés mintájára történik. A személy magáévá teszi ugyan a tárgyat (bevetíti magába), de — mint a megévelt ételt — egyben meg is semmisíti. Másrészt a melankóliást a tárgymegszállás ambivalenciája jellemzi: tárgymegszállása nárcisztikus alapon történik. Az esetek többségében ez is a kisgyermekkor megfelelő szakaszában gyökerezik. Nemcsak haláleset vezethet melankóliához, hanem például szerelmi csalódás is.

A melankólia előfeltételei tehát:

1. Fixálódás a tárgyhoz — azaz nárcisztikus tárgymegszállás.
2. Ambivalenciára való hajlam — ezzel magyarázható, hogy a kényszerneurotikusok a tárgyvesztésre könnyen reagálnak melankóli-

ával. (És tapasztaljuk is, hogy a kényszer gyakran ötvöződik depresszióval.)

3. Regresszív természetű, az orális bekebelezés mintájára történő azonosítás. A melankóliára való hajlam a megfelelő életszakaszokban keletkezett sérülések talaján sarjad: orális korszakban, anális korszakban, az anyával való kapcsolat nárcisztikus, szimbiotikus korszakában. (A szimbiózis fogalma Freud idejében még nem létezett.)

A melankólia dinamikája magyarázatot ad a tüneti kép kialakulására:

1. Egyrészt az önvádásra s az önértékelés csökkenésére: az elveszett tárgy iránti ambivalencia agressziós eleme bevetül az énbe (illetve a felettes énbe), az egyén önmagát érzi rossznak, bűnösnek, értéktelennek.

2. Másrészt magyarázatot ad a melankóliában gyakran előforduló öngyilkosságra, ami szélsőségesen heves önvádásnak és a megsemmisülés érzésének a következménye. A tárgy mintegy rátelepszik az énrre, és súlyával összeroppantja azt. Az én önmagát tárgyként kezeli, és nemcsak gondolatban, hanem valójában is megsemmisíti magát.

A tanulmányban Freud fölveti a kérdést: hogy lehetséges az, hogy a melankólia néha mániába csap át. A különbség az, hogy míg a melankóliás aláveti magát a komplexusnak, a mániás úrrá lesz ezen, felülkerekedik. Freud hasonlatot hoz: a mániás ember olyan, mint az a valaki, aki hirtelen nagy pénzösszeget nyer, és itt a mániában felhalmozódó energiára gondol. Innen származik az emelkedettség érzése, a felfokozott tevékenység, a látszólagos jókedv. A mánia — éppúgy, mint a melankólia — tudattalan komponenset tartalmaz. Az a valami, amin az én úrrá lesz a mániában, éppúgy a tudattalanba süllyed, mint az, aminek a melankóliában a szolgálója.

II. BAK RÓBERT GONDOLATAI

BAK Róbert a „Szerelem és tárgyvesztés” (1973) című munkájában Freudhoz nyúl vissza. A „Gyász és melankólia”-ból idéz az öngyilkossággal kapcsolatban: „A két ellentétes állapotban — a leghevesebb szerelem és az öngyilkosság állapotában — a tárgy teljesen elárasztja az ént — noha két különböző módon” (FREUD, 1925, 252. o.).

Majd továbbszövi Freud gondolatait. Előfordul, hogy a tárgyvesztést követően a libidó, az énbe való visszavonódás helyett hirtelen nagy erővel megszáll egy külső tárgyat. Ebből fakad a serdülőkorra jellemző lángoló szerelem, ami különbözik a tartós szerelemtől. Az angol nyelv különbséget tesz e két állapot között. Az előbbi, a fellobbanó szerelmet az angol így mondja: „being in love”; az utóbbit, a tartós szerelmet „loving”-nak nevezi. A „loving” az érett

tárgykapcsolatra épül. A tanulmányban Bak a „being in love”-ot, a szenvedélyes szerelmet elemzi, Ez — mondja — hasonló a melankóliás állapothoz, a tudat mindkettőben beszűkül, az érdeklődés egyvalamire összpontosul. Látszólag a tárgyra, valójában azonban az énré.

Bak nem egy betegénél tapasztalta, hogy ezt a szenvedélyes szerelmet rendszerint elszakadás vagy tárgyvesztés előzi meg — legyen az valóságos, vagy képzelt (például elvesztés veszélye). A szerelem abban különbözik a melankóliától, hogy az utóbbiban a tárgy regresszív azonosítás útján nyerhető vissza, az előbbiben pedig úgy, hogy póttárgyat keres magának. De ha a szerelem sikertelen, akkor akut melankóliába, öngyilkosságba fordulhat. Példa erre Thomas Mann novellája, a „Friedemann úr, a törpe”, vagy Goethe „Werther” című regénye. (Az utóbbira még visszatérek.) Az elszakadás (tárgyvesztés) és a szerelem kapcsolatára többek között Freud hozza fel példának. Freud Martha iránt érzett szerelmét az egyetemi karrieréről való lemondás és a Fiziológiai Intézet otthagynása előzte meg. Ő maga ezt a „tudománytól való elszakadásnak” nevezte. Ezzel párhuzamosan eltávolodott két munkatársától, Brückeltől és Fliesstől. Martha iránti szerelmében keresett vigaszt. Házasságukra azonban a kezdeti idill után árnyékot vetett az állandó féltékenykedés (Freud részéről), a nő birtoklásának vágya, epekedő szerelem, félelem az elvesztésétől.

Mi jellemzi a szerelmi szenvedélyt? Mi rejlik a féltékenykedés, a birtoklási vágy mélyén, miért kell örökké félni a tárgy elvesztésétől? Ezekkel a kérdésekkel foglalkozik tanulmányában Bak Róbert. Fokozatosan, klinikai és szépirodalmi példákon keresztül adja meg a választ.

Az én a szerelmi tárgy túlértékelésekor gyengébb, sebezhetőbb. A szenvedély (az ösztön) veszi át az uralmat. Ennek egyik megnyilvánulása az erotómánia. Bak egy esetet említ. Egy fiatal, férjezett doktornő egy évvel apja elvesztése után beleszeretett főorvosába. Csak később derült ki, hogy a főorvosnak, csakúgy, mint más férfiaknak a felé irányuló gesztusait is gyakran félreértette, csábításnak vette. Erotomániája a tárgy visszaszerzéséért (megőrzéséért) folytatott utolsó küzdelemnek bizonyult, ezt fokozatos leépülés követte.

Hasonló, de ennél tragikusabb — írja Bak — József Attila esete. Betegsége előrehaladtával, utolsó kapaszkodóként fékezhetetlen szerelemre lobbant analitikusa iránt. A szerelem viszonzás híján gyűlöletbe fordult, az analitikust megtámadta, följelentette. Ebből az időszakból való az alábbi verse:

„Mozdulatlan, hanyatt fekszem az ágyon,
látom a szemed: rám nézel vele.
Halj meg! Már olyan szótlanul kívánom,
hogy azt hittem, meghalok bele.”

A költőt Bak Róbert vette kezelésbe. Újabb és legutolsó kapaszkodója Flóra volt. Mikor rátalált, állapota átmenetileg javult. Ezt a verset írta Flórához:

„Már nem képzelt ház üres telken,
csinosodik, épül a lelkem,
mivel az árnyakkal betelten
a nők között Flórára leltem.”

A viszonzatlan szerelem valószínűleg hozzájárult a skizofrénia felgyorsulásához, amely végül öngyilkossághoz vezetett.

Bak Róbert ezután későbbi praxisából említ két példát. Az egyik egy neurotikus orvos esete, aki akkor szánta rá magát a házasságra, amikor bizonyossá vált, hogy anyja a hosszan tartó rákbetegségébe bele fog halni. Ekkor úgy érezte, el kell szakadnia anyjától és önálló életet kell teremtenie. Ez az elszakadásra való reakció jó megoldása. Kevésbé sikeres viszont annak a páciensnek az esete, aki sorozatos tárgyvesztéseit követően mindig szerelemre lobbant valaki iránt. Az analitikus órán közösen „feltámasztási fantáziáknak” nevezték ezeket a szerelmi állapotokat. Kamasz korában bátyját, pár év múlva apját, végül forrón szeretett feleségét vesztette el. A veszteséget követő szerelmek hol sikerrel, hol kudarccal, csalódással végződtek.

Az említett példák pszichodinamikája több elemet hordoz.

1. A szerelmi tárgy túlmegszállása és birtokolni akarása mögött a regresszív tárgykapcsolat, az identifikáció regresszív, a tárggyal összeolvadni kívánó formája húzódik meg. Ennek alapja az a sérülés, amely a gyermeket (a csecsemőt) az anyjával való egybeolvadás korszakában érte. A szerelemre is jellemző az összeolvadás vágya. Bak Róbert Kosztolányit idézi, aki egy fiatalkori eksztatikus szerelmi állapotában ezt írta: „Az éjszaka csendjében úgy tűnik, teljesen egyek vagyunk. Néha nem tudom, hogy te vagy én, vagy én vagyok te.”

2. A dinamika másik eleme az agresszió. A szenvedélyesen szerelmes ember — azáltal, hogy teljesen aláveti magát a másiknak —, agresszív energiáit egyrészt a szerelem érzésébe, másrészt a mazochisztikus önálávetésbe fordítja. De kudarc, csalódás esetén a szerelemre fordított erők agresszióba fordulnak vissza, ez pedig — hozzáadódva a mazochisztikusan átélt agresszióhoz — öngyilkosságba fulladhat.

3. A szerelmi tárgy túlmegszállásához, túlértékeléséhez, de az én elgyengüléséhez is hozzátartozik a rögződés a szerelmi tárgy belső képéhez, főleg az arcához. Bak Róbert egy költőt idéz, aki szerelmének csúcspontján ezt írta: „Ó, az arcod. Mindenhova követ. Méreg. Ópium. Bor.” Hivatkozik Bak Róbert Werther vergődésére is. Az asszony kezdetben viszonozza a szerelmet, később reális énjét hívja segítségül, s visszavonul. Werther csalódottságában öngyilkos lesz.

Egy felhevült állapotban így szenved: „Hogy kerget a képe! Ébren vagy álmomban, az egész lelkemet betölti. Itt, mikor behúnyom a szemem, itt, a homlokomban, ahol a belső és a külső látás egyesül, érzem parázsló szemelt. Itt, nem tudom megmagyarázni, mi ez. Ha becsukom a szemem, itt érzem őket, mint a tenger, vagy mint a tátongó űr ...” (Szabó Lőrinc fordítása).

Most szükséges, hogy egy kis kitérőt tegyek. Mielőtt a szerelmi tárgy képéhez való rögződés pszichológiai magyarázatáról szólnék, szeretnék egy kicsit elidőzni Goethe Werther című regényénél. A „Költészet és valóság”-ból tudom, hogy Goethe a valóságot dolgozta bele a regényébe. Saját, a Wertheréhez hasonló szerelmi állapotát és egy Jerusalemben élő ifjúnak szerelmi csalódása miatti öngyilkosságát. Jerusalemben — akárcsak regénybeli alteregója, Werther — öngyilkos lett. Goethe azonban költő volt és zseni, aki, mint a „Költészet és valóság”-ban írja: „ha nem is titkon, de észrevétlenül élte az életét”. Így sikerülhetett neki költészeté varázsolni a fájdalmas valóságot. Most, hogy Werther regényét újraolvastam, látom, hogy az egész mű mintha BAK Róbert (1973) tanulmányának az illusztrációja lenne. Arról szól, hogy egy ifjú, melankóliához hasonló, filozofáló állapotából hirtelen átcsap szenvedélyes szerelembe egy barátjának felesége iránt. Werther kezdetben küzd a heves érzés ellen. De — talán a nő kezdeti viszonzása, talán saját kóros szerelmisége miatt — az érzés egyre jobban hatalmába keríti. Énje fokozatosan felmondja szolgálatot, ő maga örvénybe sodródik, végül pisztollyal föbe lövi magát.

A regényben szinte minden benne van, amit Bak Róbert mond. Az is, hogy a szerelmet a melankólia előzi meg, és a szerelmi tárgy felmagasztalása is. „Ő szent előttem”, írja Werther Lottéról a barátjához intézett levelében. Benne rejlik a regényben a szerelmi vonzás örvény jellege (Werther maga mágneshegyhez hasonlítja az érzést. A mágneshegy magához húzza a hajókat, szétzúzza őket, s az emberek elpusztulnak.) Sorolhatnám még az idézeteket, de azt hiszem, a regény elemzése külön tanulmányt érdemel.

Térjünk vissza a szeretett személy arcához való rögződés kérdéséhez. Bak ezt a magyarázatot adja: „... a majdnem rögeszmés kötődés a szeretett lény arcához, amely eluralkodik az egész képzeletvilágon ... regressziót jelent a tárgyformálódás kezdetéhez, nevezetesen az anya arcának felismeréséhez” (1973, 2. o.). Én továbbmegyek ebben a gondolatban. Amikor a csecsemő az anyjától való — talán legelső — testi elszakadását éli, azaz, amikor az anya látótávolságban levése már nem szükséges ahhoz, hogy az egészséges csecsemő biztonságban érezze magát, a biztonságérzést az emlékezet tartja fenn. Vagyis az anya látványának bevetítése, megőrzése. Ha a kép a gyermek fejében már megvan, állandósul, akkor nem kell szorongania, ha az anya nincs jelen. De ha a belső kép bizonytalan, tűnékeny, akkor az anya újabb és újabb jelenléte szükséges a kép fennmaradásához, vagy pedig a kép rögz-

eszmészerű újramegjelenítése. Az emlékezés kognitív folyamata is hasonló ehhez. A kezdeti emlékkép — az ún. rövidtávú memória, amit az agyban a reverberáló körök tartanak fenn — még kevés a stabil emlékkép fennmaradásához. Ez még csak a bevésés szakasza. Az ún. hosszútávú memória az, ami az emlékkép tartóssá tételéért, megőrzéséért felelős.

III. HERMANN IMRE ELGONDOLÁSA

1. A MEGKAPASZKODÁSI ÖSZTÖN SZEREPE A DEPRESSZIÓBAN

HERMANN Imre „Az ember ősi ösztönei” című könyvének (1943) a megkapaszkodás szindrómáiról szóló fejezetében leszögezi: „A megkapaszkodás szindrómájának szempontjából a depresszió az elbújást, a mánia a maradéktalan keresést jelenti. Tűz és tűzvész gyakran vált ki depressziót; a depresszív egyén hideg, a hipomániás meleg. A depresszióban szenvedőtől az öncsonkítási szándék sem áll messze” (226. o.).

Azért idéztem Hermann Imrét, mert a megőrzés problémája részint a megkapaszkodás problémája (aki nem tud őrizni, nyilván nem tud kapaszkodni, és fordítva). Másrészt pedig a depresszióról szóló szakirodalmi olvasmányaim alapján úgy érzem, hogy ez a tényező nagyon hiányzik a különböző felfogásokból. S néha egészen bonyolult magyarázatokkal is találkoztam, amelyek — akár egy hosszú matematikai egyenlet — leegyszerűsödnek egy új tényező, ez esetben a megkapaszkodási fogalom ismeretében. Elegánsabbá tenné a depresszióra jellemző, nagyon összetett folyamatok leírását, megkönnyítené megértésüket. Írnak a depresszióban meglévő orális fixáltságról, de a külföldi szerzők legtöbbször ezt kizárólag a libidó fejlődésének első fázisaként emlegeti. Pedig az oralitás (a kéz—száj egység) éppúgy része a megkapaszkodási ösztönnak, mint a libidónak. A tárgykapcsolatokkal foglalkozó szerzők közül a Mahler által leírt szimbiotikus fázis közelít leginkább ahhoz, amit Hermann a megkapaszkodásban az anya—gyermek összefolyásának, a köztük lévő határ elmosódottságának és az identitásérzés előfokának nevez. (Lásd *Das Ich und das Denken*, 1929). S a depresszió és a mánia a gyökereit több szerző szerint a szimbiotikus korszakba nyúlnak vissza. A modern szerzők egyre többet írnak a nárcisztikus sérülésről a depresszióban. A gyermek önálló énképet kezd magáról kialakítani — mondják —, de ehhez az anya folytonos megerősítésére (az „anyai tükörre”) van szüksége. Ez a törekvés viszont időben egybeesik a gyermeknek az anyjától való újabb elszakadási törekvésével.

Szinte minden szerző döntőnek tartja a bűntudat szerepét a depresszióban. A bűntudat a felettes én terméke. De a felettes én képződése is az elszakadás egyik korszakában alakul ki. Elszaká-

dás a szülőktől, s a szülői tiltásnak vagy parancsnak, a szülőképnek a bevetítése az énbe, s ott továbbörzése. A büntudat tehát a megkapaszkodás és az elszakadás vonatkozásában is összefügg a depresszióval. Létezik azonban ettől független, önálló funkciója is a depressziós folyamatokban.

2. A DEPRESSZIÓ ÉS A FELETES ÉN ÖSSZEFÜGGÉSÉRŐL

A Bolyai-tanulmányban ezt olvashatjuk: „a felettes én képződése voltaképpen egy depressziós folyamattal áll összefüggésben (lásd Az ember ősi ösztönei), és a felettes én maga depresszióban dolgozik legerősebben, míg mániás állapotban jóformán hatástalan ...” (110. o.).

„Az ember ősi ösztönei”-ből vett idézet pedig, amire itt hivatkozik, így hangzik: „A valódi felettes ént sajátos, mély komolyság jellemzi. A depressziónak ez az alaphangulata — mely ugyan humorba is átcsaphat — nézetem szerint a felettes énnel abban a kezdőfokában gyökerezik, melyben a kasztráció már beteljesültnek, az anya, a nő végleg elveszettnek látszik. Ezt a lehangoltságot enyhítésként váltja fel a felettes én komolysága” (491. o.).

Azt gondolom, az összefüggés érthető. Hiszen a felettes én a szülői szigort, a korlátozást, a büntetést képviseli. Depresszióban mindez fokozottan van jelen, mániában viszont épp ellenkezőleg, szinte vagy teljesen hiányzik a felettes én korlátozó szerepe. A felettes én a gondolkodásra is rátelepszik. A lehetőségek, a fantáziák világát beszűkíti, a kaotikus gondolatok között rendet tart. Elgondolkodtató továbbá az is, a gyerekek miért mutatnak kevésbé közvetlen depressziós képet, mint a felnőttek. A depresszió általában serdülőkorban szokott kibontakozni. Az elmondottak választ adnak a kérdésre. A gyermek fantáziavilágban él. Többé-kevésbé a mindenhatósági érzés jegyében gondolkodik, a halál visszafordíthatatlanságáról is nehezen vesz tudomást. A felettes én mindezt nem engedi meg. Talán ezért tapasztaljuk, hogy a depressziós gyermek tüneti képe gyakran a nyughatatlanság, a kapkodó, inkább hipomán jellemű, kereső magatartás. Ez egyúttal a hipománia, illetve a mánia megértéséhez is támpontot nyújt. A hipomán, illetve a mániás világ a korlátlan lehetőségek világa. Erre később visszatérek.

Nem véletlenül fejeztem ki így: „a felettes én a gondolkodásra is rátelepszik”. Érzékeltetni akartam ti., hogy a felettes énnel súlya van, ami az ént — adott esetben — összenyomja, zsugorítja.

3. A DEPRESSZIÓS (ÉS MÁNIÁS) TÉRÉLMÉNYEK PROBLÉMÁJA

A témához felhasználom HERMANN-nak a „Néhány lelki jelenség térvonatkozása”, „Az ösztönök és érzelmek térvonatkozása” című (1965) tanulmányát és a „Bolyai János patográfiája” című (1945) könyvét. A „Néhány lelki jelenség térvonatkozása”-ban ezt olvashat-

juk: Schiller megállapítja, hogy „a tér lelkünkben nem független adottság, hanem szoros vonatkozásban áll az ösztönökkel, kíváncsiságunkkal, indulatainkkal, cselekvéseinkkel.” Neurotikusokra különösen jellemző a térérzések változékonysága — mondja, s egy szorongó férfi példáját említi, aki számára „a tér minősége az anyjától való távolságot jelezte”. Talán valamennyien átéltünk életünkben hasonló jelenséget. Még csak neurotikusnak sem kell lennünk, hogy például egy hegyvidéki vagy tengerparti utazásból hazatérve az utcákat vagy a lakást szűkebbnek találjuk. A tér észlelése különösebb hangulati elemek belejátszása nélkül is többé-kevésbé változékonnyá, a térbeli állandóságok (konstanciák) kialakulása a gyermeki fejlődés során több évig tartó folyamat eredménye. Az érzelmek, indulatok pedig térészleletünket könnyen kimozdíthatják stabilitásukból.

Hermann már a húszas és a harmincas években felfigyelt arra, hogy a depressziós ember, az ő szavával: „összekuporodik, szenved a nagy távolságok, a tágas szoba miatt”.

Ezzel ellentétben a hipomániás vagy a mániás beteg tágabb térben mozog, mindent könnyen elér, de ez csak látszólagos, mert amit hirtelen megragadott, hamar ki is csúszik a kezéből. (Ez a szép megfogalmazás is Hermannról való.)

Hadd idézzek ehhez Goethe említett regényéből: Werther, mielőtt a szenvedély örvénye teljesen magával sodorná, reményteljes, felfokozott szeretetet és szerelmet érez Lotte iránt. „Semmi a világon nem teszi szükségessé az embert, csak a szeretet” — mondja, majd egy hosszú monológ következik arról, hogy a világ végtelen-né tágult, ebből csak egy mondatot ragadok ki: „Ó, akkoriban hányszor vágytam a fölöttem elhúzódó darvak szárnyával egy mérhetetlen tenger partjaihoz, hogy a végtelen habzó serlegéből igyam az életnek azt a túlradó gyönyörűségét ...” „Minha egy függőnyt húztak volna félre a lelkemről, és a végtelen élet színtere egy örökké nyitott sír szakadékává változik előttem.” (Ez utóbbi mondatban már a halál árnyéka is ott lebeg.) Ha Bak Róbert tanulmányára gondolunk, akkor érthető, hogy ez a felfokozott érzés kísérellet az összeomlás ellen; a kétségbeesésnek, az agresszióknak az elhárítása. S hogy hipomániaszerű állapot (nyúl valami után, amit nem érhet el), azt Werther sóvárgó panaszkodásával jeleníti meg Goethe: „Hasztalan nyújtom feléje a karomat reggel, ha nehéz álmomból ébredek ... Ó, ha ilyenkor még félig az álom révületében, utánanyúlok, és ettől felébredek — könnyek árja zuhog fuldokló szívemből, és vigasztalanul zokogok a sötét jövő felé.”

Mi a pszichológiai háttere a depressziósok szűkült és a mániások tágult térérzésének? Legfőképpen — mondja Hermann — a felettes én felelős ezekért az élményekért. Depresszióban a felettes én túlzottan szigorú. Szigorúságával őrzi a korábban a tárgyra vetült agressziót. A tárgy — bár valójában nincs többé — agresszió alakjában mégiscsak jelen van, a felettes énbe fészkel be magát. S már beszéltem arról, hogy az élményvilágot, a gondolkodást be-

szűkíti, korlátok közé szorítja. Az én pedig — a vádló felettes éntől való rettegésében, büntudat vagy szégyenérzés folytán — kicsire zsugorodik, mint Gregor pápa Thomas Mann novellájában, „A kiválasztott”-ban, vagy mint Gregor Samsa Kafka elbeszélésében.

Hermann az említett munkáiban a geometriában leírt tereknek a különböző lelkiállapotokkal való közös gyökereit is kutatja. „Látóterünk háromdimenziós és háromféle olyan tér létezik — mondja —, amely mellett, hogy háromdimenziós, még annak a föltételnek is eleget tesz, hogy benne a tárgyak kisebb távolságokon belül torzításmentesen mozoghassanak.” Az egyik, az euklideszi tér, a másik a Bolyai-féle trombitafelületen ábrázolható, ún. pszeudoszférikus, a harmadik pedig a Helmholtz és a Riemann által leírt gömbfelületen ábrázolható, ún. szférikus tér.

A pszeudoszférikus tér — egyszerű, nem matematikai nyelven szólva —: táguló tér; a szférikus, gömbszerű tér pedig szűkülő. Utaltam már arra, hogy a különféle terek észlelete lelkünk ősi rétegeit is mozgásba hozza, ahogy Hermann mondja, és fordítva, a különböző lelkiállapotok sajátos térélményekben fejeződnek ki.

Hermann azt találta, hogy Riemann egy munkagátlásos, depressziós korszaka után gondolta el a szférikus teret. Helmholtz is többször élt át depressziós hangulatokat. 1860-ban meghalt első felesége, 1868-ban pedig második felesége ügyelt arra, hogy férjét bele ne rántsa a depresszióba. S a szférikus tér gondolata Helmholtzban ezt követően, 1869-ben született meg. Igyekeztem utánanézni ennek az összefüggésnek, szerettem volna többet megtudni Hermann észrevételéről. Riemann depresszióját igazoló közvetlen adatokat nem találtam. E. T. BELL azonban a róla szóló följegyzéseiben (1937) bőszeges anyagot szolgáltat a matematikus kishitűségéről, súlyos önértékelési zavarairól, ami így értelmezhető: ha Riemann önmagát kicsinek érezte, akkor talán nem véletlen, hogy a tér, amelyben élt, szintén beszűkültnak tűnt számára.

A megőrzés problémáját, ami nézetem szerint mindenfajta depresszió tünettanában és dinamikájában jelen van — az eddigiek alapján így foglalom össze: ha a szeretett (főként az ambivalensen szeretett) tárgy elvész, az én mégsem mond le róla. Gyász esetén azonosítás útján nyeri vissza, melankóliában regresszív azonosítás és önvádítások képében tartja életben. A depresszió egyik elhárítási kísérletében, a szerelmi szenvedélyben, helyettesítő tárgyban keresi az elvesztettet. Ha az újonnan megszált szerelmi tárgy nem vállalja magára a póttárgy szerepét, akkor a szerelem agresszióba fordul, de ennek alakjában önmarcangolásként, őrült szenvedélyként akkor is tovább él. Közben az ént rongálja: vádolja, kicsire összenyomja, esetleg a test-ént bántalmazza (innen származnak a depressziós hátterű pszichoszomatikus betegségek). Az én, noha súlyos károsodást szenved, még állja a bántalmakat. Még kapaszkodik. Kétségbeesett kísérletet tesz, utolsó menedéket keres, hogy az el-

hagyót, s így saját magát, egészben tartsa. Öngyilkosságban azonban ez az utolsó mentsvár is összedől.

„De nincs már.

Akár a föld.

Jaj, összedőlt

A kincstár” — írja Kosztolányi a „Halotti beszéd” című versében.

IV. JACOBSON FELFOGÁSA

E. JACOBSONnak a „Depresszió” című 1971-ben megjelent könyve, mint az alcím is mutatja, összehasonlító tanulmány. A depressziót nem feltétlenül betegségként fogja fel. Egyrészt — mondja — a lelki élet fejlődésének szükségszerű velejárója, másrészt a mindennapi élet tartozéka, hangulataink egyfajta megnyilvánulási módja. Ki nem kerül néha depresszív hangulatba? Ez még nem betegség. De akiben a lelki történések végtelen sokasága között a depresszív hangulat aránytalanul nagy szerepet játszik, az már depressziós. Jacobson a könyvében különböző depresszió-formákból folytonosságot állít föl súlyossági sorrendben. A folytonosság nála így alakul: 1. Depresszív hangulat; 2. Depresszív neurózis, s ennek is két fajtája: a) valódi tárgyvesztést követő depresszió — például közeli hozzátartozó halála után; b) valódi veszteség nélkül, belül megélt tárgyvesztés — mint például egész életen át tartó félelem a veszteségtől; 3. Maniako-depresszív pszichózis, más néven cirkuláris megbetegedés; 4. Skizofrén depresszió, s ennek egyik sajátos formája, a paranoid színezetű depresszió.

Jacobsonnak — úgy tűnik a könyv alapján — nincs saját depresszióelmélete, noha sok új gondolattal gazdagítja az eddigi felfogásokat. Rendelkezik egy olyan szintetizáló szemléletmóddal, amelynek segítségével számos elméletet és klinikai tapasztalatot egybefog, s így alkotja meg mégis önálló felfogását a depresszióról. Azt, tl., hogy noha megtalálhatók a közös vonások az egyes depressziótípusokban (etiológiailag, tünettanilag és mélylélektanilag egyaránt), mégis fontosabb a különbségek felismerése, a differenciáldiagnosztika. A depresszió Freudhoz visszanyúló alapkérdéseiről csak érintőleg beszél. Az elméleti kérdésekkel foglalkozó fejezetekben röviden összegzi Bibring, Rubinfine és Mahler depressziófelfogását, s kritikai megjegyzéseket fűz hozzájuk. Saját felfogását, melyet a depresszió „alapképletének” tart, röviden így foglalja össze: „A frusztráció az egyénben haragot kelt, agressziót ébreszt, ez pedig a frusztráció megszüntetéséért, a kielégülésért folytatott gyűlöletteljes küzdelemhez vezet. Ha az én — önhibájából vagy azon kívül — célját nem éri el, küzdelme hiábavaló, akkor az agressziót önmaga felé fordítja. A befelé fordult agresszió az önértékelésen ejt csorbát, az ént narcisztikusan sérelem éri. A vágyott énkép és a kudarcot szenvedett

énkép konfliktusba kerül egymással. Az így létrejött hangulati állapot a gyűlölet mértékétől, a frusztráció és a csalódás tartósságától függ". „De mindez” — teszi hozzá — „nem ad kielégítő magyarázatot arra, mi a különbség az egyes depressziós formák között” (JACOBSON, 1971, 21. o.).

Jacobson, könyve további fejezetekben a különböző depressziós típusok egyedi jellegzetességeit vizsgálja, elsősorban a saját esetein keresztül.

Én a jacobsoni folytonosságból kiemelem a depresszív neurózist, a maniako-depresszív pszichózist és a skizofrén depressziót. Továbbra is szemmel tartva a megőrzés vezérfonalát, dolgozatom hátralévő részében ezek összehasonlításával foglalkozom. Jacobson gondolatait helyenként szépirodalmi példákkal tarkítom.

1. A DEPRESSZÍV NEURÓZIS MINT A KISGYERMEKKORBAN ELSZENVEDETT TÁRGYVESZTÉS KÖVETKEZMÉNYE

Jacobson a gyászfeldolgozásnak a depresszióhoz vezető különböző útjait négy esetén mutatja be. Az első három beteg kisgyermek korában elvesztette egyik vagy mindkét szülőjét. Egyiknek az apja halt meg, másinak az anyja, a harmadik betegnek mindkét szülője élt, de közvetlenül a páciens születése után eltűntek az életéből, és ő nevelőszülőkhöz került. A negyedik, az előbbieknél súlyosabb beteg életében tényleges tárgyvesztés nem történt. Depresszióját a szüleihez fűző viszontagságos kapcsolatára lehet visszavezetni, a szeretet és gyűlölet állandó hullámsására, az ösztönvilágát ért folytonos csábításra s az ezzel egyidejű korlátozásokra.

Jacobson példái közül egyet részletesen ismertetek.

Mary, a harminc éves hajadon, de vonzó titkárnő, hisztériás színezetű súlyos depresszív állapota miatt került analízisbe. Nővérevel — aki őt állandó kontroll alatt tartotta — kettesben éltek, mint két vénkisasszony. De Mary életének egy területét még nővére előtt is titokban tartotta. Azt tl., hogy évek óta szoros kapcsolat fűzte egy zenekari koncertmesterhez, aki nála jóval idősebb, családos ember volt. A plátói szerelem abból állt, hogy hetente egyszer egy vendéglőben élénk, érzelemdús, intellektuális beszélgetéseket folytattak, főleg a zenéről. Mary 20 éves korában kezdett zongorázni tanulni, nagy hévvel. Egy alkalommal Karl, a koncertmester, Maryt a lakásán akarta meglátogatni, hogy együtt négykezezzenek. Mary ijedtében a látogatás napján elesett a metró lépcsőjén, a kezét úgy megsértette, hogy le kellett mondania az egyützzongorázás ürügyén tervezett randevút. Ettől kezdve ujjaiiban állandó merevséget érzett. Egy időre abba is hagyta a zongorázást, kezét különböző ortopédusokkal gyógyíttatta. De mivel az orvosok testi elváltozást nem találtak, pszichátervezőhöz küldték Maryt, az pedig Jacobsonhoz irányította. Az analízis során, hosszú folyamat eredményeképpen bontakozott ki a tünetek (a depresszió és a hisztériás kézfájás) mélylélektani hát-

tere. Kiderült, hogy Mary anyja, egy parasztlány, törvénytelen gyermekként szülte őt, s azonnal állami gondozásba adta. Egy éves volt, amikor melegszívű nevelőszülők vették maguhoz, akiknek már volt egy saját lányuk (ő a vénkisasszony, akivel Mary együtt lakott), s egy év múlva újabb lányuk született. Az édesanya néha-néha meglátogatta Maryt, ilyenkor ajándékokat vitt neki, de sosem gondolt arra, hogy lányát magához vegye. A „jóságos” nevelőszülők titkolták az igazságot Mary előtt, de latencia korában a szomszéd gyerekektől megtudta a titkot. Mary védekezésésképpen haragudni kezdett az édesanyjára, s vigasztalásul azt a családregegy-fantáziát szötte magának, hogy a nevelőszülők valójában az ő édes szülei, sőt, ő a kedvenc a három lány közül. Nővére felnőtt korára szigorú erkölcsös lett (a nevelőanya is ilyen természetű volt), míg a hűg mindig is kicsapongó életet élt. Mary családregegy-fantáziája (ti., hogy ő nem is prostituált anya gyermeke, hanem a jól szituált nevelőanyáé) ifjú korában végleg összeomlott. Egy alkalommal hűgának partnere váratlanul kikezdett vele. Mary ekkor úgy érezte, ha vele prostituáltként bánnak, akkor nem áltathatja többé magát azzal, hogy ő nem prostituált anya lánya. Depressziója ekkor kezdett kibontakozni.

Ami a zenéhez és a zenészhez való szenvedélyes, de irracionális ragaszkodását illeti: analízise egy szakaszában felbukkant egy eddig elfojtás alatt álló emléke. Egy alkalommal — nem emlékszik, hány éves gyermek volt ekkor — meglátogatta a családot egy kedves férfi, kezében valmilyen furcsa dobozzal. Mint kiderült, a férfi Mary vér szerinti apja volt, s a bűvös dobozban trombitáját hurcolta. Ugyanis trombitás volt egy katonazenekarban.

Így vált érthetővé, miért választott magának Mary zenész partnert, aki ráadásul elérhetetlen számára, s egyben szexuális tabu. Hiszen a koncertmesterrel való testi kapcsolat tudattalanjában az apjával való incest megvalósulását jelentette volna. Mary tünetei kialakulásának dinamikáját Jacobson így magyarázza: elviselhetetlen nárcisztikus sérelem érte azzal, hogy ő prostituált anya gyermeke. Ez ellen tagadással védekezett, s ennek segítségével építette ki magában a családregegy-fantáziát. Ám közben mégis azonosult a bűnösnek tartott anyával (ő is prostituálttá vált egy alkalommal), ami miatt aztán hosszan tartó ösztönmegvonással (a vénkisasszony léttel) vezekelt. A koncertmesterhez való vonzódása a vér szerinti apjával való tudattalan azonosítást jelentette. Ezek a tudattalan identifikációk kísérletül szolgáltak ahhoz, hogy az elveszett szülőket megőrizze magában. Az illúziók, a fantáziavilág lerombolása, a bűntudat — ami a valódi szülei iránti ambivalenciából eredt, s amit a túl szigorú nevelőanya tovább erősített — végül depresszióhoz vezetett.

Az analitikus terápia sikerrel végződött. Mary fokozatosan feladta mazochisztikus pozícióját (amely szerint kizárólag elérhetetlen apa-figurához tudott kötődni). Segített az analízis abban is, hogy a

bíróként funkcionáló nővérétől — ezáltal a nevelőanyjától —, azaz saját édesanyja miatt érzett büntudatától, szabadulni tudjon. Zenei ambícióit viszont tovább őrizte magában, Jacobson, úgy látszik, arra is ügyelt a terápia során, hogy a kóros identifikációk szublimációs termékét érintetlenül hagyja.

Hasonló családtregény-fantáziát bogozott ki Jacobson a másik két esettörténetből is. Azt tl., hogy az elvesztett szülő nem is halt meg, hanem él, s majd egyszer felbukkan.

Jacobson a három esetben rejlő közös problémát az alábbi kérdés formájában fogalmazta meg: mi az oka annak, hogy a betegek nem hajlandók tudomásul venni a valóságot? Az — feleli —, hogy így próbálják uralni az énjüket ért súlyos nárcisztikus sérelmet. A szülő elvesztését nemcsak külső tárgy elvesztéseként élik meg, hanem — éppen a nárcisztikus sérelem folytán — saját énjük egy részének elvesztését szenvedik meg benne. Hiszen betegségük gyökerei ahhoz a korszakhoz nyúlnak vissza, amikor énjük még nem különül el egészen a másik énjétől. Szimbiotikus kapcsolatot fűzi egymáshoz a két ént — mondja Jacobson Mahlerre és más szerzőkre hivatkozva. Mi a szimbiózis? Anya és gyermek nem megfelelő szeparációja. De Hermann az én-identitás kialakulásának három fokozatát különíti el:

1. Az átfolyásos korszakot, amelyben az én/nem-én határok teljesen összemosódnak.
2. A duális korszakot, amelyben már van határ az én és a nem-én között, csak hogy ez a határ még nem elég éles, túlságosan átjárható.
3. A valódi én-identitás korszakát.

Megkockáztatható az az elméleti feltevés, hogy depresszióban a duális korszakra regrediál a beteg, nem pedig az átfolyásos korszakra. Erre utalnak a depressziós (és mániás) betegek ún. duális elhárításai, a tagadás, a megfordítás. Jacobson a projekció és az introjekció mellett ezeket tartja a depresszióra jellemző fő elhárító mechanizmusoknak. Erre utal az is, hogy még a maniako-depresszív pszichózis sem visszafordíthatatlan betegség, nem gyógyíthatatlan. Jacobson legalábbis sikereket ért el az ilyen beteg terápiájában. Minderre a későbbiekben visszatérek.

Most egy író példájával illusztrálom a gyászfeldolgozás eddig még nem említett formáját, amit én így nevezek: „egész életen át tartó félelem a vesztéstől”, s ennek hol mélyebb megélése, hol pedig humorral való elhárítása. Kosztolányi Dezsőre gondolok, aki egész életén át a halál árnyékában élt. Életműve szívtettépően szomorú versekből, tragikus tartalmú novellákból és regényekből áll. De Kosztolányitól nem állt távol a humorral való folytonos kacérkodás sem, gondoljunk az „Esti Kornél” című könyvére, vagy a játékos-humoros rövid verseire, az ún. kín-rímekre. Kosztolányi halálkomplexusát (hermanni kifejezés) feleségének a róla szóló följegyzéseire alapozom.

„Engem igazán mindig csak egy dolog érdekelt: a halál. Más nem. Azóta vagyok ember, mióta nagyapámat láttam holtan, tíz éves koromban, s akit talán a legjobban szerettem ekkor” — idézi Kosztolányi Dezsőné férje naplójából. Kosztolányi húsz hónapos volt, amikor öccse megszületett, s felesége szerint „riadalma, halálfélelme öccse születésével kezdődött”. Ettől kezdve sokat betegeskedett, gyakran támadtak köhögései, fuldoklási rohamai. Később, Mária nevű húga után még egy öccse született, aki pár órák korában, szívbetegségben meghalt. Azután érte az imádott nagyapa halála, később meghalt az unokahúga, Etelka, akihez szerelemmel átszótt szeretet-kapcsolat fűzte.

De a halál más módon is jelen volt életében: szülővárosában majdnem minden utcában koporsós boltokkal, szemfedőkkel, ravatalposztókkal találkozhatott. Sőt, házuk egyik helyiségét bérbeadták egy temetkezési vállalatnak.

Kisgyermek korában egyszer beleesett az esővízes hordóba; semmi testi baj nem érte, mégis többször megkérdezte édesanyjától: „Ugye nem haltam meg?”

Elszakadási félelmei egyéb jelekben is megmutatkoztak. Például abban, hogy körmét nem engedte levágni, borbélyhoz nem mert elmenni. A tejbedarát, ha nem volt síma, nem ette meg. „Görbe gríz — mondta —, nem eszem meg.”

Kosztolányi Dezsőné a könyvében kiemeli férje büntudatos természetét. „Tagadta a bűn és bűnhődés kapcsolatát, holott talán kevés embernek volt olyan érzékeny és szigorú lelkiismerete, mint önéki, és ki tudja — ő maga semmi esetre sem hitte —, mennyi önbüntetéssel vezekelte le apró, jelentéktelen vétkeit” — írja róla.

Kinek és minek a bűneit vette magára Kosztolányi, nem tudhatjuk: ha tudnánk, szövevényes összefüggésekre bukkanhatnánk. Talán szerepet játszott ebben a Brenner-ágról való családi „örökség” is. Unokaöccse, Brenner József (írói nevén Csáth Géza), akit ő szívből szeretett és tisztelt, s aki számára azonosítási minta lehetett, felnőtt korában nem kisebb „bünt” követett el, mint hogy megölte saját feleségét, később pedig nagymennyiségű kábítószer bevétele után öngyilkos lett.

Kosztolányi házassága is a szeretve-gyűlölés jegyében telt.

Bak Róbert említett tanulmányára rimel egy epizód Kosztolányi élete utolsó éveiből. Ismeretes, hogy amikor tudomásul vette, hogy gyógyíthatatlan betegségben szenved (gégerákban), egy nyaraláskor tébolyult szerelembe esett egy családossal, asszonnyal, aki miatt többször megpróbált elszökni felesége elől. Bak Róbert nyomán úgy tűnik, ez a szerelem hattyúdál lehetett, utolsó kapaszkodó az élet gyönyöreibe.

Azt gondolom, Kosztolányi varázslatos rímei, rímeinek hangzatosága és verseinek színpompája, az élénk érzéki élmények keresésével, azaz a depresszió távoltartásával függnek össze. Gondolok például a „Mostan színes tintákról álmodom” kezdetű versére, vagy

arra, hogy szenvedélyesen gyűjtött színes tárgyakat. Még halála előtti szinte öntudatlan állapotában is szójátékokat írt feleségének egy papírlapra (beszélni ekkor már nem tudott). „Gézcsokom” — írta például egy alkalommal, amikor a gézt cserélték a nyakánál.

Nem elképzelhetetlen hát, hogy Kosztolányi karakterében hipomán és depresszív vonások lappantak. A depresszió az állandó halálfélelemben, a hipománia pedig a kereső-rohanó életmódjában, illetve a humorizálásra való hajlamában mutatkozott meg.

2. A CÍRKULÁRIS DEPRESSZIÓ PSZICHOANALITIKUS ELMÉLETE

A neurotikusokkal ellentétben — írja Jacobson — a pszichotikusok konfliktusai nemcsak az ösztönvilágukat, hanem egész személyiségüket érintik. Fontos etiológiai tényezőnek tartja a libidinális és az agresszív késztetések nem megfelelő semlegesítését, illetve a betegség hátterében álló pszichoszomatikus folyamatok következtében az agresszív késztetések túltengését. A libidó/agresszió arány az utóbbi javára tolódik el. A háttérben kisgyermekkorú konfliktusok (szülői szeretettel kapcsolatos konfliktusok) állnak, az én és a tárgy határai elmosódnak. A beteg — introjekció és projekció útján — mintegy „kölcsonveszti” a másik személy énjét és felettes énjét. A cirkuláris betegek — mondja — meglehetősen gazdag szublimációs és kapcsolatkozási képességgel rendelkeznek. Énjük ugyanakkor gyenge, sebezhető, a frusztrációt, a csalódást nehezen tűri. Hajlamosak a tárgyhoz való túl szoros fixálódásra, de arra is képesek, hogy szeretetüket hirtelen visszavonják. (Görccsösen kapaszkodnak, de nem tartósan.) A szeretet és az önértékelés folytonos táplálását követelik a másik embertől, mintha nem annyira önerejükből, inkább a másik személy energiájából élnének. Éppen e szoros függőség és a másokban (akár eszmében) való megrögzött hit az, ami miatt túlzott lelkesedéssel és nagy hatékonysággal tudnak dolgozni. Tárgykapcsolataikat tehát egy sajátos szimbiózis jellemzi.

Az eset, amit Jacobson ismertet, N. doktor esete. N. doktor — analízise során — egyszer azt álmodja, hogy két kitűnő fogát elvesztette, s közben a fogakat összekötő vékony ezüsthíd tönkrement, darabokra esett szét. Az álomelemzéskor fokozatosan tárult föl az álom látens tartalma.

N. doktor paranoid színezetű depresszív tünetek miatt került analízisbe. A betegség kiváltó oka az volt, hogy felesége nőgyógyászati operáción esett át. Később derült ki, hogy a beteg anyja is sokat szenvedett nőgyógyászati megbetegedésekben, még N. doktor gyermekkorában is és később is. Feleségét anyja mintájára választotta. A beteg apjáról nem beszél Jacobson, csak arról, hogy N. doktor bátyja és nagybátyja — két általa nagyrabecsült személy (apafigura) — szintén orvos volt. N. doktor életében szerepelt egy kisgyermekkorú ellátás nélküli trauma, a nagymama halála. Az esettörténet további elemeltől most eltekintek, s az álomelemzésen mut-

atom be (Jacobson nyomán) a maniako-depresszívás beteg tárgykapcsolatának jellegzetességeit.

A két fog, az összekötő híddal a két érintett személyt, N. doktort és az anyját szimbolizálta. Az összekötő ezüsthíd pedig a köztük lévő szimbiotikus köldökzsinórt, anya és fia nem megfelelő szereparcióját. A szoros függési igényt az is mutatja, hogy a beteg pályaválasztásában az általa becsült bátyját és nagybátyját követte.

Jellemző, hogy a beteg depressziója (amely élete során többször visszatért) minden esetben reaktív depresszió volt. A szeretett tárgy elvesztése miatti félelem (ez esetben a feleség betegsége miatt), vagy egyéb csalódások (például a munkájával való elégedetlenség) váltotta ki benne a depressziót. A beteg depressziója mániás fázisokkal váltakozott. Ennek egyik tüneti képe a felfuvalkodottság, az önteltség érzése volt.

Jacobson azt gondolja, hogy a depressziós beteg — mint N. doktor — kicsinek, megalázottnak érzi magát. Az agressziót magában tartja, míg a tárgyat túlidealizálja, fokozott szeretettel árasztja el. A mániásra ennek a fordítottja jellemző. Önmagát felduzzasztja pozitív érzésekkel, agresszióját pedig kilöki magából, így teszi kicsivé, megalázottá a másik személyt. De ahhoz, hogy ezt megtehesse, szükség van egy a kettejüket összekötő „csőre”, ezen keresztül történik az oda-vissza energiapumpa.

Hol itt a megőrzés problémája? — vetődhet fel a kérdés. Hát ott, hogy a mániás-depressziós beteg nem vesztí el a kapcsolatot a külvilággal, de nem is olvad egybe vele, hanem féltve őrzi a kapcsolatot, nem tud meglenni a másik személy nélkül. Kapcsolatát tehát — megint Hermannra hivatkozom — a duál-unió jellemzi; betegsége az ebben a korszakban keletkezett traumákban gyökerezhet. Ez pedig az orális korszak (Abraham szerint a depressziós betegek evés-problémája, a nem-evésre való hajlamuk ide vezethető vissza). Ezzel szemben a mániásokra a mohóság, a falánkság jellemző. Jacobson egyik betege például egy hipomán állapotában (amit hosszan tartó depresszió követett) elpanaszolta analitikusának, hogy rettentő falánknak érzi magát, legszívesebben mindent magába tömne, ételt, könyvet, képeket, az egész világot. Jacobson tréfásan így felelt neki: „Ez elég kellemetlen érzés lehet, hiszen mi lenne, ha a világ a mindent felfalás után megsemmisülne!” A beteg így válaszolt: „Ó, az lehetetlen, a világ olyan tág és kimeríthetetlen.”

Jacobson a továbbiakban a maniako-depresszívás betegek egyéb jellegzetességéről beszél. Tapasztalata szerint a munkával szerzett sikert szorongással, kiürültségérzéssel fogadják. Egy betege például sikeres teljesítménye után üresnek érezte magát, saját maga legértékesebb részének elvesztését élte meg. Jacobson a könyvében nem tér ki a maniako-depresszívás tünetek egyéb vonatkozásaira, gondolok itt például a mániások gonolatszökellésére, sem a tünetek pszichodinamikájára.

Thomas Wolfe amerikai íróhoz hozom fel példának. Malcolm COWLEY „Az amerikai író természetrajza” című (1976) könyve szerint Thomas Wolfe élete utolsó éveiben paranoid színezetű mániás-depressziós betegségben szenvedett. Cowleynek a róla szóló följegyzéseit, valamint az író saját önéletrajzát olvasva, a feltevés nem alaptalan. Thomas Wolfe nagydarab, hústorony ember volt, aki a szó szoros és átvitt értelmében mindent felfalt, ami a keze ügyébe akadt: ételt, könyvet, embereket egyaránt. „A világ egy nagy osztriga — írta Wolfe George Pierce Bakernek —, de nem hiszem, hogy megfulladok, amikor lenyelem.” — „Azt hiszem, rosszul teszem, hogy az összes szilvát egyszerre akarom megenni” — írja egy másik levelében, majd egy következőben így fogalmaz: „Hatalmasokat nyelve habzsolom a német nyelvet ... Gyomorrontásom van, mert túl sokat akartam látni és magamba szívni.”

Sajátos komplexusa volt a mindent megőrizni akarás kényszere. Őrzött egyfelől elküldetlen leveleket, fazekakat, régi cipőket, kalapokat és villanyvasutakat s más egyéb „életfontosságú” tárgyakat. Közben pedig szórta a pénzt, a tárgyak begyűjtésére jelentős pénzösszegeket herdált el.

Másfelől őrizte a magába szívott élményeket, a kigondolt szavakat, mondatokat; mindent le kellett írnia, ami egyszer az eszébe jutott. Alkotó tevékenysége hangulatait követően nagy amplitúdókkal hullámozott. Néha hetekig-hónapokig egy sort sem írt, majd egyszer csak vízzuhatagként ömlöttek ki belőle a gondolatok. Könyveit alig tudta befejezni, ha mégis elkészült velük, búskomor lett. Terjengős műveit nem akarta átadni a kiadónak, ami Jacobson nyomán így értelmezhető: alkotásait saját énjé részének élte meg, a tőlük való elszakadás igazi érvetést jelentett számára.

Érdekes lenne bepillantani e tulajdonságok élettörténeti háttérébe.

3. A SKIZOFRÉN DEPRESSZIÓ

Jacobson, könyve hátralévő részében a skizofrén depresszió különböző fajtáit elemzi. A mániás-depressziós pszichózis és a skizofrén depresszió döntő különbségének tartja azt, hogy az előbbiben a lelki rendszer egy fokkal differenciáltabb. A beteg nem a legősibb korszakra regrediál. A különbséget Bleuler így fogalmazta meg: „A skizofrénnek a jelenben történő katasztrófától rettegnek, a cirkuláris betegek a jövőben bekövetkező katasztrófától félnek. A mániás-depressziós beteg megőrzi énjének integritását, csak fél a széteséstől, míg a skizofrén énjé valóban „széthull darabokra”, hogy költőnk, József Attilát idézzem.

A szerző Janet esetén mutatja be a fenti különbséget. Janet 7 éves volt, amikor különböző kényszerek és fóbiák (elsősorban bogár-fóbia) miatt Jacobsonhoz került. Jacobsonnak már ekkor feltűnt, hogy Janet átlagon felüli intelligenciája ellenére üres, életidegen. Ol-

vasás-, írásgátlásról és unalomérzésről panaszkodott a terapeutának. Skizoid karaktere később pszichotikus irányba fordult, de az anya ellenkezése miatt meg kellett szakítani a kezelést. Jacobson csak húsz év múlva látta őt viszont, amikor egy szerelmi csalódást követő súlyos depressziós állapotban felkereste őt. Mint kiderült, közben számos terapeutát megjárta, kétszer kórházban is feküdt. A pszichiáterek maniako-depresszív pszichózisnak diagnosztizálták.

Jacobson az élettörténet és a betegség pszichodinamikája alapján a skizofrén depresszió diagnózisa mellett döntött. A beteget egy pszichiáter kollégájához irányította, aki hosszan tartó kezelés során jelentős sikereket ért el; a skizofrénia meggyógyult, a beteg visszanyerte élet- és munkaképességét, kényszerei és fóbiái azonban fennmaradtak.

Mire alapozta Jacobson a skizofrénia diagnózisát?

Ami az élettörténetet illeti: Janet anyja uralkodó természetű nő volt, aki lányát szadisztikus függőségben tartotta, Janet pedig mazochisztikusan alávetette magát a függőségnek. Az anyában súlyos büntudat élt első férje halála miatt, aki a második férj, azaz Janet apja felbukkanásakor főbe lőtte magát. Janet mindezt csak nyolc éves korában tudta meg. Az apa kicspongó férj volt, aki lányával is csábítóan viselkedett. Janet nyolc éves korában azt fantáziálta, hogy édesapja ölte meg anyja első férjét. A fantázia egy felnőttkori skizofrén roham alkalmával hallucinációként visszatért: apját egyszer egy utcai jelenet során hangosan gyilkosnak nevezte (a megtevesztett rendőrök, míg az ügy nem tisztázódott, le is tartóztatták az apát). Janet akkor esett depresszióba, amikor tudomást szerzett apja morális féltelenségeiről, azaz, amikor végleg összedőlt benne az apa ideálképe. Janet egyik tünetében, a gátlástalan, kusza szerelmi viszonyaiban az erkölcstelen apával való azonosítás fejeződött ki. A másik fő tünete — ami a skizofrénia diagnózisa mellett szólt — az egy éveg tartó meggyilkoltatás téveszme volt.

A pszichodinamikát illetően Jacobson az agresszió sorsát tartja döntőnek. Janetnél az agresszió kifelé és befelé fordításának sebes változásait tapasztalta, amit így értelmezett: a skizofrén beteg az agressziót nem tudja belül őrizni, hol vádlottnak, hol vádlónak kell lennie. S mindezt az igazi büntudat, azaz a felesleges én labilitásával vagy éppen hiányával magyarázza. Janet többféle identifikációs modell között őrlődött (agresszív anya, szerető, majd elhagyó apa), így sem énje, sem felesleges énje nem jutott el az integrációnak még arra a fokára sem, ami a cirkuláris betegek énsztruktúráját jellemzi.

Tömören így összegezhetők Jacobson gondolatai: a depresszív neurózisban, illetve a maniako-depresszív pszichózisban a betegnek mintha lenne valami alapélménye arról, milyen az igazi szeretetkapcsolat. (Skizofréniaiban ez az alapélmény is sérült.) A baj az, hogy ez az élmény a csalódások, veszteségek, traumák során már bizonytalan, vagy már csak emlékként él. De az emlék még mindig fogódzó. Ahhoz, hogy ne tűnjön el teljesen, újra meg újra táp-

lálni kell. Ehhez pedig olyan partnerre van szükség, aki megengedi, vagy tán igényli a túlzott függőséget, a duál-uniót. S még az sem igaz, hogy ebből a szoros függőségből nincs „jó” kiút. Egy olyan „duális” kapcsolatból például, amelyben Kosztolányi élt Esti Kornélal, depresszió helyett akár alkotás is keletkezhet.

UTÓSZÓ

Dolgozatom kiindulópontja a gyászmunka volt. Végezetül a pszichológia szaknyelvéről az élet nyelvére fordítom a szót. Arról beszélek, hogy mi történik a tárgy elvesztésekor; mit kezd az én az elvesztett nélkül, és főként mit kezdünk az elveszettel. Elfelejtük? Vagy elhesesegetjük magunktól a fájó emléket? Talán ennyi is elég ahhoz, hogy ha nem is depressziósokká, de depresszívekké, szinte-lenné, érzelmentelenné, unatkozóvá és unalmassá váljunk. Az én, ha haragszik az elveszetre, akkor — ahogy Freud mondja a „Gyász és melankóliá”-ban — a harag tovább él, kívül vagy belül. Ha belül, akkor az ént marja tovább. Az én a már nem lévőttől nem tud elszakadni, mert kötődni sem tudott hozzá igazán. Valahogy mégis kötődött, gyermekdeden, görcsösen, úgy mint egy hétéves kisfiú, aki a szüleitől életében először kapott töltőtollát nap-nap után a kezében szorongatva vitte az iskolába, hogy az szem előtt és kézben legyen, mert ha a táskában van, akkor az olyan, mintha eltűnt volna. Hermann Imrétől tudom, hogy egy híres tudós első felesége halála után nagyon hamar újra nősült. S amikor az ezen megbotránkozók megkérdezték: „Miért ilyen hamar?” — azt felelte: „Mert szerettem a feleségem.” Ám ha a dolgozat arról szólt, hogyan válthat ki depressziót a tökéletlen gyászmunka, akkor arról is szólnia kell (és szólt is némiképp), hogyan vezet ki a depresszió fekete lyukából a kellően átélt gyász. A Hermann Imre által megfogalmazott „mély gondolat” analóglájára hadd nevezzem ezt mély gyásznak. Nem arra gondolok, amit a köznap i értelemben neveznek így, mert az a fajta mély gyász kiútalan, feneketlen. De így, ebben az értelemben nem az. Erről szól Robert Burton XVII. századi filozófus háromkötetes könyve: „A melankólia anatómiája”. A könyvben a filozófus a saját melankóliájából való kiút keresését alakítja át ezúttal nem költészetté (mint Goethe a maga szenvedéseit a „Werther”-ben), hanem filozófiai elmélkedéssé. A könyvet magát nem olvastam, csak HAMVAS Bélának (1983) az erről szóló szép tanulmányát ismerem. S mintha Burton is ezt mondaná: a melankólia kiútja az egész lelket átjáró gyász. Ő így fejezi ki: az alvilág bejárása, ami

¹ Dolgozatom írásakor még nem ismerhettem Király István professzornak a Kortársban folytatásokban megjelenő „Egy magatartás anatómiája — Kosztolányi és Esti Kornél” című munkáját, amelyben számos, elgondolásomat alátámasztó adatot találtam.

— Idézem Hamvas Bélát — „a rémek, kísértetek, betegségek, rossz álmok, lldércek, átkok, szenvedés, gyötrellem világa, ez az alvilág, a pokol; de ugyanakkor és ugyanaz a világ elragadóan meleg búbáj területe ... A lélek a legmélyebb szenvedés és a legmagasabb öröm világa.” Arról talán nem szól Burton, hogy az elhagyóval való igazi azonosítás, azaz annak felélesztése magunkban, ez a mély gyász. DOSZTOJEVSZKIJ (1932) mintha átélte volna ezt. A „Karamazov testvérek”-ben leírja, hogyan gyászolta Aljosa Zoszima sztarecet, akit ő szentként tisztelt és apaként szeretett. A kolostorban a halott koporsója előtt Aljosa gyászálmában a sztarecet látja egy menyegzői lakomán. Amikor álmából visszatér a valóságba, kis ideig nézi a halottat, majd elset, ki a szabadba, lelkében újjongó szabadságérzéssel és a tágas tér vágyával. De egyszercsak megtorpan, a földre rogy, átöleli, megcsókolja a földet és zokog. Ezután — és Innen szó szerint idézem az író — : „Valami eszme lett úrrá értelmén, immár egész életére, és örökkön-örökké. Gyöngye ifjúként omlott a földre, de egész életére megkeményedett harcusként állt föl ... Mintha lelkembe szállt volna valami — mondogatta később a szavaiba vetett szilárd hittel.”

A kézirat elfogadva: 1989. június

IRODALOM

- BAK Róbert, 1973, Being in love and object loss, *Int. J. Psychoanal.*, 54.
- BELL, E. T., 1937, *Man of Mathematics, the Lives and Achievements of the Great Mathematicians from Zeno to Poincaré*, Simon and Schuster, New York, 484—510.
- COWLEY, M., 1976, *Az amerikai író természetrajza*, Európa Könyvkiadó, 154—197.
- DOSZTOJEVSZKIJ, F. M., 1982, *A Karamazov testvérek*, Európa Könyvkiadó, Budapest, II. kötet, 60, Ford.: Makai Imre.
- FREUD, S., 1917, *Mourning and Melancholia*, Standard Edition, Vol. 11.
- GOETHE, J. W., 1963, *Werther szerelme és halála*, Európa Könyvkiadó, Budapest, Ford.: Szabó Lőrinc.
- GOETHE, J. W., 1982, *Költészet és valóság*, Európa Könyvkiadó, Budapest, Ford.: Szöllősi Klára.
- HAMVAS Béla, 1983, *A melankólia anatómiája* (Robert Burton, a XVII. század egzisztencialista filozófusa), Vigilia, 48. évf. 9. sz. 665—673.
- HERMANN Imre, 1929, *Das Ich und das Denken, Eine psychoanalytische Studie*, Leipzig—Wien—Zürich, Psav.
- HERMANN Imre, 1943, *Az ember ősi ösztönei*, Pantheon, Budapest.
- HERMANN Imre, 1945, *Bolyai János, Egy gondolat születésének lélektana*, Anonymus, Budapest.

- HERMANN Imre, 1947, Néhány lelki jelenség térvonatkozása, *Magyar Pszichológiai Szemle*, XVI.
- HERMANN Imre, 1965, Az ösztönök és érzelmek térvonatkozása, *Pszichológiai Tanulmányok*, VII., Akadémiai Kiadó, Budapest, 255—265.
- JACOBSON, E., 1971, *Depression, Comparative Studies of Normal, Neurotic and Psychotic Conditions*, Int. Universities Press, New York.
- KOSZTOLÁNYI Dezsőné, 1938, *Kosztolányi Dezső*, Réval, Budapest.
- WOLFE, Th., 1983, *The Autobiography of an American Novelist*, Harvard University Press, Cambridge, Mass., London, England.