

A 19. és 20. századi klinikai értelemben vett szorongásfogalom keletkezésének állomásai a pszichoanalitikus tradícióban

Az emberi viselkedés megismerése, a szellemi és érzelmi folyamatok egymásra hatásának magyarázata, valamint a személyiség kialakulásában döntő szerepet játszó külső- és belső tényezők együttes vizsgálata leginkább az 1800-as évek közepére tehető, amikor is a lelki egészség megőrzése kapcsán a pszichés bántalmak és betegségek megelőzése volt a cél.

A bécsi pszichiátriai tanszék megalapítója Ernst Freiherr von Feuchtersleben a *Zur Diätetik der Seele* (A lélek diétetikája) című, 1838-ban megjelent műve úttörőnek számított. A lelki diétetika a testi bántalmak elhárítására, megelőzésére ad lehetőséget, melyek a szellem erejére támaszkodva viselhetők csak el. Feuchtersleben – ebben a könyvében – bebizonyította többek között azt is, hogy a test egészsége kizárólag a lélek erején, nyugalmán, szilárdságán alapul.

Ivan Petrovics Pavlov kísérleti úton igyekezett megközelíteni a pszichés bántalmakat az ún. kísérletes neurózisok előidézésével. Ezek a kísérletek az emésztés folyamatának és tanulmányozásának voltak a felelősei, mint az emésztőnedvek gyűjtése és a gyomornedvek kiválasztása.¹ Ez abból a szempontból érdekes, hogy Hippokratész is kutatta a testnedvek eloszlását, az éltető testnedvek hibás keveredését, majd később Galenus orvosi felfogását is erősen befolyásolták a testnedvek akkoriban elfogadott elméletei. A Hippokratész és Galenus-féle típusan a tipológiák hosszú sorának kiindulópontja, hiszen az emberek vérmérséklete érzelmi életük sajátossága volt. A vérmérsékleti típusan központi gondolata az, hogy ugyanazok az élettani sajátosságok (testnedvek egyéni összetétele) határozzák meg a

¹ Pavlov klasszikus kondicionálásra kiterjesztett kísérletei mintegy leágazását jelentették az emésztés folyamatát feltárni kívánó munkáknak. A klasszikus kondicionálás szisztematikus vizsgálatainak kezdete Pavlov két tanítványához, Stefan Wolfsohnhoz és Anton Snarskyhoz kötődik. Wolfsohn különböző anyagokat tett a kutyák szájába (száraz, nedves étel, savas víz, homok) és az ismétlődés hatását vizsgálta, Snarsky viszont az anyagok tulajdonságait tanulmányozta (feketere színezett savas vízre kondicionált, majd semleges fekete folyadékkal ellenőrizte a nyáleválasztás tanult változását). A szaporodó kísérleti eredmények Pavlovot arra ösztönözték, hogy rendszeres vizsgálatokba kezdjen annak feltárására, hogy az ingerek, események milyen tulajdonságai befolyásolják a nyáladzás, gyomornedv-szekréció megváltozását. Ivan P. PAVLOV, *Az állatok és az ember magasabb idegműködésének általános típusai = Típusok és személyiségvonások*, ford. CZIGLER István, FARAGÓ Klára, FREISINGER Ferenc, KULCSÁR Zsuzsa, LÁSZLÓ János, TÉRI Sarolta, VÁNDOR Ferenc, VÁRKONYI Zsuzsa, szerk. HALÁSZ László, LÁSZLÓ János, MARTON L. Magda, Bp., Gondolat, 1978, 123–131.

vérmérsékletet és a vele összefüggő lelki tulajdonságokat, mint a testalkatot. Pavlov a pszichiátriai kórformák okaira vonatkozóan is alakított ki feltevéseket, a betegségeket az idegrendszer elemi-, izgalmi- és gátlási folyamatainak arányával hozta kapcsolatba. Feltevése az volt, hogy akinél túlzott önmegfigyelés és tudatosság áll fenn, illetve az izgalmi folyamatok túlsúlyban vannak, szorongás észlelhető; akik pedig a környezetükre érzéketlenek, érzéskiesés tüneteit produkálják, azoknál a központi idegrendszer gátlási folyamatainak túlsúlya található meg.

Közvetlenebb hatások is irányították Pavlovot, pl. Claude Bernard² 1855-ben keletkezett kísérlete, ami a pszichikus szekréció kutatására irányult. Éppen olyan nyálsipoly alkalmazását ajánlotta lovakon, amit később Pavlov a kutyákon is kialakított. Az emésztés tanulmányozásához Pavlov olyan sebészeti eljárásokat fejlesztett ki (krónikus sipoly, fisztula), amelyeket évekig lehetett az emésztőnedvek gyűjtésére használni. Véleménye szerint mivel az emberi viselkedést és az emberrel kapcsolatban álló magasabbrendű állatok (pl. kutyák) viselkedését is egyaránt az idegrendszer irányítja és határozza meg, így lehetőség van az idegműködés egyes típusai, vagyis az idegrendszer egyes tulajdonságainak és különböző kombinációinak megkülönböztetésére.

„[...]ha ezt normális körülmények között a feltételes reflex módszere alapján tanulmányozzuk, ennek szükségszerűen az idegműködés valódi típusainak, az ember és a magasabbrendű állatok viselkedése alapformáinak megismeréséhez kell vezetnie. Úgy hiszem, e feladat megoldásához – természetesen csak nagy vonásokban – már a görögök géniusza is eljutott, az ú. n. temperamentumok módszerével, amely helyesen emelte és domborította ki az ember és a magasabbrendű állatok viselkedésének alapkomponenseit.”³

Pavlov állítása szerint Hippokratész az emberi magatartás számtalan változatának tömegéből a leglényegesebb vonásokat emelte ki. A melankólikusokat az emberiség többi részétől elkülönítette, valamint az emberiséget két csoportra osztotta: erősekre és gyengékre, amivel az erő elsőrendű fontosságának elvét hangsúlyozta. Így vált ki a kolerikus, aki képtelen erejét mérsékelni, tehát túlsúlyban van nála az ingerületi folyamat a

² „A szénhidrátok átalakulásainak és átváltozásainak módjai az emberi szervezetben ma is még sokoldalú magyarázatra szorulnak, mint *Claude Bernard* idejében, midőn elfogadott volt ama nézet, hogy a cukor a májban képződik a glicogénből, míg csak egy évtized óta terjed *Seegen* felfogása, hogy a májban folytonosan cukor képződik a zsírból és fehérjékből.” *ELISCHER Gyula, Irodalom-szemle, Orvosi Hetilap, A hazai és külföldi gyógyászat és kórbuvarlat közlönye, 46(1902, február 16.), VII, 117.*

² I. P. PAVLOV, *I. P. Pavlov válogatott művei*, ford. FREISINGER Ferenc, szerk. LISSÁK Kálmán, Bp., Akadémiai, 1953, 421.

³ I. P. PAVLOV, *I. P. Pavlov válogatott művei*, ford. FREISINGER Ferenc, szerk. LISSÁK Kálmán, Bp., Akadémiai, 1953, 421.

gátlási folyamat felett. Végül szembeállította a szangvinikusokat és a flegmatikusokat, aminek következtében kialakult az idegfolyamatok mozgékonyságának elve. E négy alapvető klasszikus változat tudható be az ember és az állatok általános magatartására vonatkozóan, bár a pavlovi elmélet szerint a gyenge típuson belül még további alváltozatok is fellelhetők. Ama jeleségek között, amelyeket meg kellett figyelnie, fontos helyet foglaltak el az emésztőmirigyek pszichés szekréciójának esetei. Felépítette a feltételes reflexről való tanítását, ami módszere szempontjából dialektikus, tartalma szempontjából természettudományos, valamint jelentősége szempontjából felülmúlhatatlan a biológia és az orvostudomány számára.

Pavlov tipológiai elgondolásai nagyhatásúak voltak, ám a mentálhigiéné tulajdonképpen kialakulásának fordulópontja mégis az 1900-as évekre tehető, amikor az orvostudomány Sigmund Freud tanításán felbuzdulva az embert a maga teljességében kezdte el vizsgálni. A tudattalan világába való betekintéssel az orvos a lélek legmélyebb rétegeit is képes volt analizálni, ennek okán megláthatta a lelki bajok gyógyításának lehetőségeit. Freud nagy érdeme, hogy az ember lelkivilágáról alkotott addigi képeit a tudattalan megismerésével kitágította és gazdagította, valamint a pszichoanalízis megalkotásával a mentálhigiéné szempontjából is korszakalkotónak számított. Emellett párhuzamban az érzelmek világa egyre inkább teret engedett a tudományos vizsgálódásnak, hiszen az emberi érzelem kifejezése, a viselkedés fontos ismérve a lelki egészségnek.

A Freud–Ferenczi–Jung–Adler nevével fémjelzett mélylélektani iskolák jelentették a ma már sokféle pszichoterápiás módszer kezdetét. A mélylélektani iskolák alapvető szemléleti érdeme elsősorban az volt, hogy értelmezhetővé tették a pszichés folyamatok történetiségét, mégpedig azt, hogy az ember pszichés viselkedésében, reakcióiban nemcsak az aktuális, hanem a múltbeli, gyermekkori élmények is hatnak. Freud a pszichoanalízissel a kóros és normális lelki működések, illetve az emberi viselkedés szabályszerűségeinek átfogó rendszerét alkotta meg és a mai napig a legbefolyásosabb személyiségelméletet hozta létre.

A klasszikus pszichoanalízistől elszakadva jöttek létre a mester ellen lázadó tanítványok által alapított mélylélektani irányzatok. Adler individuálpszichológia teóriája és gyógyító-nevelő módszertana fokozatosan fejlődött ki a személyiségről alkotott elképzelései kapcsán. Első pszichológiai kötetében, mely az *Über den nervösen Charakter* címet viseli (1912) a neurózis új elméletének magyarázata található, valamint az individualpszichológia legjellemzőbb fogalmai is bevezetésre kerültek. Véleménye szerint az ember egy egység és az egyént (holisztikus és társadalmi lény) az eredeti értelme alapján oszthatatlanként kell értelmezni. Ebből az elméletéből származik az individualpszichológia elnevezés, ami latinul *individuus*, azaz oszthatatlant

jelent.⁴ E irányzat szemléltetése okán 1913-ban az Adler által alapított egyesület Bécsi Individuálszichológiai Egyesület nevet kapott. Munkájának eredménye a szervdialektus fogalma is, hiszen a szervi kisebbértékűség tanát létrehozta, majd ehhez kapcsolódóan a kisebbértékűségi érzésről és annak kompenzálásáról szóló elmélettel állt elő.

A magyar mélylélektan igen korán megjelent, s máig sajátos szemléletet képvisel. A magyar pszichoanalízis legjelentősebb képviselője a miskolci születésű Ferenczi Sándor ideg orvos, aki 1908-ban ismerkedett meg Sigmund Freuddal és az egyik legközelebbi barátja és munkatársa volt. Budapest – Ferenczinek köszönhetően – Bécs és Berlin mellett az 1910-es évek elején a három legfontosabb pszichoanalitikus központ egyikévé vált, mint ahogy az első pszichoanalízis tanszék megalapítása is az ő nevéhez fűződik. Ferenczi a pszichoterápiás technikában újtónak számított, megértőbb, gondoskodóbb, aktívabb terapeuta volt, illetve a gyermek és a szülők közti kommunikációs zavarok elemzésével (anya-gyerek kapcsolatának középpontba állítása) világitott rá újabb lehetőségekre.

Ez idő derekán a szellemtudományi iskola típusani törekvései is helyet kaptak. Alapítója, Wilhelm Dilthey⁵ szerint a lelki élet nem magyarázható a természet jelenségeihez hasonlóan a természettudomány segítségével, hanem közvetlenül adott, állandóan átélte felbonthatatlan belső összefüggésnek kell tekinteni. Így jutott el a naturalista-heroikus-kontemplatív típusokhoz.⁶ Dilthey az ember lelki folyamatait emelte ki a belső tapasztalat ellenőrizhetetlenségének homályából. Feltételezte, hogy a pszichikai tények és a fizikai valóság közé be kell iktatni a szellemi tényeket, melyek révén a lelki jelenségek kilépnek a fizikai világba. A kései Diltheynek valóban sikerült megmutatnia a szellemtudomány lehetőségét azt állítva, hogy a tudomány alapja az élet öneszmélése, amely a szellemtudományokban megy végbe.

Az ember egészének megismerése kapcsán az a szociálpszichiátriai szemlélet terjedt el, ami a pszichésen beteg embert szociális-, társas-, munkahelyi- és

⁴ Adler alapkoncepciója egy holisztikusan szemlélt egységes, célorientált, kreatív személyiségről szól, aki egészséges állapotban pozitív, konstruktív, etikai kapcsolatban van embertársával.

⁵ Németországban a természettudománnyal szemben éppen Dilthey hatására kezdett kibontakozni egy olyan iskola, amely a szellemtudományoknak úgy ad legitimitációt, hogy a természettudományok mellé helyezi egyenrangú partnerként, ámde önálló módszertannal. Ennek a módszertannak két központi eleme a történelem és a megértés.

⁶ A Dilthey által hirdetett új pszichológia éppoly absztrakt, mint az általa bíralt régi, mivel igyekszik megfelekedezni a spirituális- és az anyagi világ közti kapcsolatokról. Miközben az egyik oldalon Dilthey relativisztikus, a másik oldalon az általa hirdetett törvények örök szabályoknak tűnnek. Ilyen lenne a lelki jelenségek megfeleltetése a különböző filozófiai irányzatoknak, például a materializmus a megismerésnek, a szubjektív idealizmus az akaratnak, az objektív idealizmus az érzésnek.

egzisztenciális kontextusban vizsgálta és értelmezte. Az ember magatartásának, viselkedésének, érzelmi megnyilvánulásainak kórossága mindig az adott szociális közegben került értelmezésre. Az érzelmi reakciók szintén nagyon fontos összetevői az érzelmeknek, tanulmányozásuk révén jobban el lehet jutni az érzelmi élmény megértéséhez. Az érzelmi reakciók lehetnek általánosak és specifikusak is. Például a düh gyakran vált ki agressziót, mint érzelmi reakciót, míg a félelem menekülést, a szorongás pedig egy feszültségi állapotot képes létrehozni. Ezek az események, hogy hogyan keletkeznek az érzelmi élmények és milyen tényezők játszanak szerepet létrejöttükben, az ún. érzelemelméletekben kerültek leginkább felszínre. A 19. század végén William James⁷ pszichológus és Carl Lange⁸ fiziológus (James-Lange elmélet) dolgozta ki az érzelemelméletet, ami az érzelemmel kapcsolatos kutatások tömegét indította el. Alapgondolatuk, hogy a különböző érzelmek más és más vegetatív mintázattal járnak együtt, ma is fennálló vita tárgyát képezi az érzelmeket kutató pszichológusok körében. Az érzelmek több szempontból is csoportosíthatók: léteznek alapérzelmek, egyetemesek, negatív, vagy pozitív érzelmek. Különbség áll fenn jellegük és tárgyuk szerint is. Az érzelmek kifejezése az adott érzelem kommunikációját szolgálja, ami egy igazán összetett folyamat, hiszen a test számtalan megnyilvánulása részt vesz benne (pl. gesztus, testtartás, hanglejtés stb.).

Minden kultúrában megtalálhatók és felismerhetők az egyetemes érzelmek, ilyen pl. a félelem és a szorongás is. A szorongás gyökerei már gyerekkorban megalapozódnak – állítják többek közt Fritz Riemann és Sigmund Freud is –, később, ha a szorongás folyamatossá válik, képes beépülni a személyiségbe. Erre a gének is rásegíthetnek, mivel a szorongásra való hajlam az emberrel veleszületik – pl. a már Francis Galton által felvetett „nature and nurture” összefüggése⁹ –, azonban kedvező körülmények között

⁷ James 1884-ben tette közzé érzelemelméletét, mely szerint az érzelemkeltő helyzetek bizonyos testi válaszokat váltanak ki, és ezeknek a válaszoknak a bennünk kialakuló tudatossága az érzelem érzése. James azt kívánta bebizonyítani, hogy az izgató tény észleléséből a testi változások közvetlenül bekövetkeznek és maga az érzelem ezeknek a változásoknak a történéis közbeni észlelése lenne.

⁸ Lange, Jamestől függetlenül hasonló elméletet publikált, ez az elmélet a James–Lange-féle érzelemelmélet. Ebben a változatban az autonóm idegrendszer által létrehozott változásokra helyeződött a hangsúly. Ez az idegrendszernek azon része, amely olyan akaratlan folyamatokat hoz létre, mint a szívritmus, a véredények tágulása és az izzadás. Bár James is hangsúlyozta az anatóm hatásokat, ő az izmokból, ízületekből és bőrből érkező visszacsatolást sem zárta ki. Az általános pszichológiai érzelemelméletek szerint egy inger valamilyen érzelmet hoz létre és az vált ki valamilyen fiziológiai választ. Az érzelemelmélet ezt a sorrendet fordította meg, azt állítja, hogy az indítóok először a választ váltja ki és a válasz tudatossága alapján jön létre az érzelem.

⁹ Az öröklés-környezet vita (nature-nurture) arra a kérdésre utal, hogy az ember tulajdonságai, hajlamai (pl. betegségekre) és egyéb jellemzői inkább genetikai tényezőknek, vagy környezeti hatásoknak tudhatók be.

az nem aktiválódik. Gyakran a korai felnőttkorban szinte villámcsapásszerűen jelenik meg, látszólag a semmiből érkezve. A szorongás legegységelműbben akkor jelentkezik, ha tiszta formájában lehet érezni. Ez azt jelenti, hogy a szorongás ún. generalizált szorongás¹⁰ formájában, szabadon lebeg (látszólag semmi oka nincs az embernek arra, hogy szorongjon, mégis szorong). Freud által szabadon lebegő szorongásnak nevezett jelenség gyakori zavar, amely felnőttkorban jelentkezik, tünetei lassan, fokozatosan fejlődnek ki. E feszültség tartós, az ember életét megnehezítő állapotná tud válni, fóbiákkal, pánikzavarral, depresszióval társulhat. A fóbiák, illetve a szorongási zavarok a leggyakoribb és a legtöbb szenvedést okozó mentális zavarok közé tartoznak. Keletkezésük és fennmaradásuk pszichológiai okai a mai napig csak részleteiben ismertek. Ezen a ponton felvetődik az a kérdés, vajon az élet kezdetén és végén való szorongás ismeretlensége, bizonytalansága okozza az ember szorongásainak sokféleségét? Vajon ha az ember valóban szorongva jön a világra, vajon szorongva is távozik? E kérdések megválaszolására nemcsak az orvostudományban jártas szakemberek – akik az emberi érzelmeket tudományosan vizsgálják elősegítve ezzel a lelki egészség megtartását –, hanem olyan filozófusok is vállalkoztak, akik a szorongás komplex összefüggésrendszerét részletesen vizsgálták. Abban feltehetően mindannyian egyetértettek, hogy a halál elkerülhetetlenségének tudata okozza a legmélyebb szorongást, mivel az az ember világban való létét fenyegeti.

Sigmund Freud szorongáselméletei

A 19. század végétől a német pszichoanalitikus iskolában Freud, valamint munkatársai-, tanítványai munkájában jelent meg az a fajta törekvés, hogy megtartsák az egzisztencialista hozzáállásnak azt a módját, ami szerint a szorongás az ember problémáinak magyarázó fogalma legyen. A pszichoanalitikus felfogás szerint a szorongás központi magyarázó fogalom és egy olyan csomópont, ahol a legváltozatosabb és legfontosabb kérdések találkoznak. A szorongás biológiailag értelmezett pszichoanalitikus fogalma a szorongás és a félelem kapcsolatából, illetve megkülönböztetéséből indult ki. A pszichoanalitikus gondolkodók szerint a félelemnek külön tárgya van, külön oka, amit valamilyen helyzet, tárgy, élőlény válthat ki. A szorongás különlegessége viszont az, hogy nincs tárgya, nem lehet tudni, miből fakad. A legjelentősebb demisztifikált pszichoanalitikus szorongás-fogalom néhány képviselője, mint pl. Hermann Imre, aki szerint a szorongás a megkapaszkodási ösztön sajátos kudarcából fakad; Ferenczi Sándor szerint a szárazföldi életmódra való áttérés traumája a felelős; Ottó Rank úgy véli, már

¹⁰ A generalizált szorongásos zavarhullámzó intenzitással, tartósan fennálló szorongási élmény. Ebben az állapotban szenvedő ember számára az élet számtalan veszélyt rejtő, félelmetes, csupa kihívásokkal teli, megterhelő dolog. Minden miatt aggódni, izgulni kell, szinte nincs egy perc nyugalom sem. Valami mindig történik vagy történhet.

a csíraplazmából eredeztethető a szorongás; John Bowlby a csecsemőkutatásra épít és a kötődéelméletek fontosságát állítja előtérbe. Majd a félelemre visszavezethető szorongás-eredetek bukkantak fel, John B. Watson és Rosalie Rayner behaviorista vonala, akik szerint a félelmi reakciók javarészt tanultak (ők világítottak rá a csecsemőkori ujjszopásra mint kompenzációs eszközre), illetve a Hermann-Spitz-Bowlby vonal, akik rheus majmokkal végzett kísérleteik során a kötődéelméletek tudosaiként (szorongás-kötődés rendszer és kutatás-leválás rendszer) váltak közismertté.

Freud Bevezetés a pszichoanalízisbe című könyvében olvasható a szorongás keletkezése, eredetének és kialakulásának értelmezése. Ezeket a gondolatokat továbbviszi későbbi előadásaiban, melyek a *Neue Folge der Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse* címen jelennek meg, majd *Hemmung, Symptom und Angst* címmel további gondolatokat fogalmaz meg a szorongásról. „Freudnak az emberi természetéről vallott felfogása lényegét tekintve a modern emberben fellelhető ösztönök tükröződése volt, amiként a korábbi pszichológusok elképzelései is az úgynevezett emberi alapösztönökről. Saját kultúrájának individuuma jelentette számára az embert. A modern társadalomban élő emberre jellemző szenvedélyeket és szorongásokat tekintette örök mozgatóerőknek, amelyek az ember biológiai alkatában gyökereznek.”¹¹ Erich Fromm számos példát említ Freud eme felfogására, többek közt az Ödipusz-komplexust, illetve a nők kasztrációs komplexusát is. Állítja, Freud mindig a többi emberhez fűződő viszony szempontjából vizsgálja a személyiséget, mégpedig annak tudatában, hogy a többi ember csupán csak eszköz az egyén törekvéseinek kielégítéséhez. Azaz, a másokhoz fűződő kapcsolat mindig valamilyen cél elérésének eszköze, sosem önmagában való cél.

Freud azt kutatja, hogyan keletkezik a megbetegedést okozó szorongás. Mivel újra és újra átgondolja a szorongás eredetét, ezért a mai napig vitatott, hogyan írható le annak keletkezése. Rámutat arra, hogy különbséget kell tenni a tudat előtti és a tudat alatti lelki folyamatok között.¹² Ezek a fogalmak alkotják a represszióval (elfojtás), cenzúrával, szublimációval és a szexualitás hipotézisével együtt a freudi-emberkép kereteit. Erre a hármásra építette föl a személyiség működésének hármasságáról szóló elméletét. Az ösztönén a vágyak és az ösztönök gyűjtőhelye, az emberi történelem eredetének legősibb része. A vágy és az ösztönök határoznak meg mindent, így természetesen a Felettes-énnel szemben állnak. Az Én a józan állapot és a hatékony

¹¹ Erich FROMM, *Menekülés a szabadság elől*, ford. BÍRÓ Dávid, Bp., Napvilág, 2002 (Társtudomány), 13.

¹² Sigmund FREUD, *Einige Bemerkungen über den Begriff des Unbewußten in der Psychoanalyse = Werke aus den Jahren 1909–1913*, Frankfurt am Main, S. Fischer, 1960 (Gesammelte Werke, 8), 430-439.

tevékenységek központja. A Felettes-én az erkölcsi előírások és a szülői ideál forrása, idealisztikus elveket képvisel, mint lelkiismeret nyilvánul meg.

A freudi pszichoanalízis a lelkiismeretet egy tudattalanul működő funkcióként fogja fel, amelynek eredete a gyermekkor személyközi viszonyaiban keresendő. Itt talán érdemes megjegyezni, hogy amíg Friedrich Nietzsche nem kötötte a lelkiismeret fogalmát a kötelességhez – az öncsalás jelenségéből indult ki –, addig Immanuel Kant azt a kötelességtudattal azonosította.

„Ha visszaemlékszem mindazokra az örömökre, amelyekben életemben részesültem, akkor nincs különösebb jó érzésem, amikor viszont azokra az alkalmakra gondolok, amikor a szívembe írt morális törvény szerint cselekedtem, akkor a legtisztább örömet érzem. Morális törvénynek nevezem, mások lelkiismeretnek, az igazságos és az igazságtalan érzésének nevezik. Nevezzék, ahogy akarják, létezik.”¹³

Kant szerint a lelkiismeret olyan tudat, amely önmagában véve kötelesség. A lelkiismeret az önmagán bíraskodó morális ítélőerő, csakhogy – teszi hozzá Kant –, e meghatározásnak szüksége van a benne előforduló fogalmak előzetes értelmezésére.”¹⁴ Azaz, az embernek a saját maga által elvégzett cselekedet helyessége felől bizonyosnak kell lennie, a probabilizmus, vagy a kalandorság kizárt. Úgy véli, hogy a lelkiismeret az ész módján működik, a cselekedet igazságosságának végiggondolása morális belső szükségszerűség.

A moralitás mibenléte és valóságossága Kant számára az egyik legnagyobb fogalmi kihívás, melyet egyedülállóan, önállóan és új utakat kijelölve határozott meg¹⁵ – olvasható Boros János Immanuel Kant című kötetében. Boros igencsak jelentős, Kant által elgondolt tételekre mutat rá a moralitás fogalmának tárgyalásakor. A szubjektum Kant számára egyetlen és egységes, egyetlen középpontot és struktúrát ad a megismerés mellett az etikának is. Etikája a kezdetektől fogva viták középpontjában áll, elsősorban azért, mert az empiria-orientált etikával szemben az egyetlen nem empirikus eredetű alternatíva.¹⁶ A kanti etika alaptétele, hogy lehetséges olyan egyetemes elveket kidolgozni, amelyek eleget tesznek annak a követelménynek, hogy minden ember számára egyetlen általános etikát fogalmazzassunk meg, ehhez

¹³ BOROS János, *Immanuel Kant*, Bp., MTA BTK, 2018, 173. Ld. még ehhez: Arnold KOWALEWSKI, *Königsberger Kantiana = Immanuel Kant, Works*, szerk. Sabina Laetitia KOWALEWSKI, Werner STARK, Hamburg, Meiner, 2000.

¹⁴ Immanuel KANT, *A vallás a pusztá ész határain belül és más írások*, ford. VIDRÁNYI Katalin, Gondolat, 1974, 341.

¹⁵ BOROS, *Immanuel Kant*, i. m., 173.

¹⁶ Uo., 177.

reflexióra, elvonatkoztatásra van szükség.¹⁷ Kant szerint az etikában – írja Boros, azt a kérdést tesszük föl, hogy mi a morális cselekvés lehetőségi feltétele és a priori milyen morális törvényeket állapíthatunk meg. „A racionális szubjektum maga lesz önmagának törvényadója, ám ez nem egy szeszélyes, empirikus vágyakra alapozott individuum, hanem azon tapasztalás előtti és a tapasztalás lehetőségi feltételeként megjelenő önálló, önmagának törvényt adó, autonóm szubjektum.”¹⁸ A szubjektum szabad az idegen, kauzális meghatározásoktól. A szabadság a moralitás és a jó feltétele, önmagában még nem nevezhető jónak, vagy rossznak. Kant személyes, morális karaktere autonómiájából eredt,¹⁹ úgy vélte, hogy a lelkiismeret tanulhatatlan, az ember morális életének alapja, egy olyan belső hang, ami tévedhetetlenül felszólítja az embert, hogy jól döntsön, s korhol, ha helytelenül cselekedett.

A heideggeri elmélet szerint, ahhoz, hogy a jelenvalólét megtalálja önmagát, lehetséges tulajdonképpeniségében kell saját magának megmutatkoznia. Ehhez meg kell értenie a szorongásban feltáruló halálhozviszonyuló-létét. Ez a megértés viszont azon alapszik, hogy képes-e meghallani a lelkiismeret hívó szavát? Ehhez tehát szorosan kapcsolódik a jelenvalólét létmódjaként ismeretes lelkiismeret, mely hívó hangjának meghallása és annak feltárási képessége eljuttatja a választás választásához a jelenvalólétet. Hívása felhívásjellegű, azaz felszólítja a jelenvalólétet legsajátabb bűnös létére, azaz az akárkiből²⁰ hívja elő önmagát. A lelkiismeret hívásának értelme: a jelenvalólét értésére adja, hogy bűnös. A bűnös formálisan egzisztenciális eszméjét Heidegger a következőképpen határozza meg: „Alap-oka lenni egy olyan létnek, melyet valamilyen Nem határoz meg – azaz valamilyen semmisség alap-okának lenni.”²¹ A jelenvalólét a legsajátabb őt meghatározó alap-okát nem Istentől kaphatja (a létanalitikába Heidegger nem hozza be az Isten-hitet), a világtól sem kaphatja, hiszen silánnyá lesz a jelenvalólét legsajátabb lenni-tudásakor. Akkor vajon honnan kapja? „Mint ez a létező, melynek kiszolgáltatva csakis mint az a létező egzisztálhat, amelyik ő éppen, egzisztálva nem más, mint lenni-tudásának alap-oka.”²² Feltehetően a konkrét válasz ebben rejlik: a jelenvalólét maga

¹⁷ Uo.

¹⁸ Uo., 174.

¹⁹ Uo., 175.

²⁰ Az akárki egzisztenciálé, eredendő fenoménként a jelenvalólét pozitív szerkezetéhez tartozik. A mindennapi jelenvalólét önmagája az akárki-önmaga, amit megkülönböztet a tulajdonképpeni önmagától. Az akárki voltaképp tehermentesíti a jelenvalólétet mindennapiságában, tehát a jelenvalólét azzá a senkivé válik, akinek kiszolgáltatta magát az egymásközlésben.

²¹ HEIDEGGER, Martin, *Lét és idő*, ford. VAJDA Mihály, ANGYALOSI Gergely, BACSÓ Béla, KARDOS András, OROSZ István, Bp., Gondolat, 1989, 477.

²² Uo., 478.

fekteti le alap-okát, ami a legsajátabb önmaga, amit egzisztálva nem képes elérni, mindig elmarad e lehetősége mögött. A hátborzongató idegenségben²³ a jelenvalólét eredendően önmagával van, s ez a gyökértelenség szembesíti ezt a létezőt semmiségével, ami a legsajátabb lenni-tudásának lehetőségéhez tartozik. Ahogyan a jelenvalólétnek saját létére megy ki a játék, otthontalanságából önmagát (a hanyatló akárkit) saját lenni-tudására szólítja fel. Ez a lelkiismeret visszahívása a jelenvalólét belevettségébe, hogy megértse a semmis alap-okot és ebből az akárkiből vissza tudja magát vinni önmagához, s emígy bűnös – állítja Heidegger. Az időterminusokból ismert jövő felé tartó előrefutás²⁴ adja meg a hívás kiindulópontját, s ezáltal lép színre a bűn, mint alap-ok. A térbeliségben pedig az a távolság mutatkozik meg, ahogy az akárki eltávolodott önmagától, ezt az előbbi jövő felé tartó előrefutás mutatta meg. Ezt a távolságot le lehet küzdeni, mégpedig úgy, hogy a bűnösség elfogadása és a lelkiismerettel bírni akarás létrejön. Explicite kimondható, hogy a jelenvalólét cselekvéseinek origója kizárólagosan önmaga (így lehet felelősségteljes). A bűn heideggeri értelemben létfogalommá vált, ami a lelkiismereti kérdés újraértelmezését vonta maga után. A jelenvalólét hanyatlásában nem képes saját eredendő létének egészét megragadni, viszont a szorongásban feltárult Semmi²⁵ és a gyökértelenség megmutatja a halál fenoménjét, amely a lelkiismeret hívása által a jelenvalólétet legsajátabb lenni-tudására hívja fel: „A hívó a belevettségében (már- valamiben-létben) lenni-tudásáért szorongó jelenvalólét. A felhívott éppen az a jelenvalólét, amelyet

²³ A görög létezés szimbóluma Oedipus, a görög ember, kinek lényegi alapvonása a leghátborzongatóbban otthontalannak lenni. Az a mondás, hogy az ember a leghátborzongatóbban otthontalan, az ember görög definíciója. Valószínűleg innen származik a heideggeri szorongás hátborzongató idegensége, ami egyúttal a jelenvalólét nem-otthon-létét is jelenti. Ez a hátborzongató idegenség mindenkor jelen van fenyegető mivoltában a jelenvalólét akárkibe való belevetésének riogatásával. A szorongás fenoménjének faktikus ritkasága viszont megmutatja, hogy a jelenvalólét – aki akárki közfelfogása folytán tulajdonképpeniségében többnyire elfedett – ebben az alapdiszpozícióban eredendő értelemben feltárulhat.

²⁴ Heidegger a halálhoz való tudatos viszonyulást a *halálhoz-való-előrefutás* terminussal jelöli meg. „Az előrefutás nem más, mint a legsajátabb, legvégső lenni-tudás megértésének lehetősége”, azaz a tulajdonképpeni egzisztencia lehetősége. Amikor megérti a jelenvalólét, hogy önmagát választhatja, tehát előrefutván annak a tudásnak a birtokába kerül, ami leleplezi az akárki önmaga mindennapiságába való faktikus belevettségét, azt is megérti, hogy halála csak az övé, senki másé. Szabadá válik, hiszen az előtte lévő lehetőségek feltárulásával közelebb kerülhet ahhoz, hogy mint egész lenni-tudás egzisztálhasson. HEIDEGGER, *Lét és idő*, i. m., 447.

²⁵ „Heidegger filozófiájának fő jellemvonása, hogy a hagyományos metafizika ellenségének adja ki magát. Tehát a metafizikai tradícióval ellentétben a Létet nem Abszolútnak, hanem Semmi-nek (Nichts) fogja fel, ami sok félreértésre adott alkalmat. Így a Lét elérhetlenné válik s vele együtt Isten is, akit metafizikai okoskodásainkkal első oknak, vagy első mozgatónak, tehát fogalmainkkal megközelíthetőnek tartottunk.” JOÓS Ernő, *Isten és a lét*, Vigilia, 45(1980), III, 161–171.

felszólítanak a maga legsajátabb lenni-tudására”.²⁶ A bűnös-lét tehát minden tudásnál eredendőbb. A lelkiismerettel bírni akarása a jelenvalólétnek tehát (mint magamegértés) a legsajátabb lenni-tudásban a jelenvalólét feltárultságának egyik módja. Tengelyi emeli ki, hogy Heidegger a bűnértelmezésben a felelősség-analitikai megközelítés alapelemeit sem kívánta megőrizni, hanem visszament egészen Plótinoszhoz, aki szerint a rossz a jó hiánya, ezáltal a nemlét egy formája.²⁷ A Lét és időben Heidegger szem előtt tartotta, hogy a bűnösség és felelősség között ontológiailag megalapozott kapcsolatot létesítsen. A bűnös-lét, ha vállalja a jelenvalólét, akkor a lelkiismeretesség és felelősség oly módozatait alakítja ki, melyek nem szorulnak megbánásra, büntudatra. A bűnös-lét hozzátartozik a jelenvalólét alapjelleghöz, amit el kell fogadni ahhoz, hogy utána tovább lehessen lépni a legsajátabb-lenni-tudás felé. A bűn tehát a gond-struktúra egészéből értelmezendő, azaz a szorongásban feltárult háttorzongató idegenség és a Semmi az idő dimenzióját megnyitva megmutatja a halál fenomenjét, mely a lelkiismeret hívására a jelenvalólétet legsajátabb lenni-tudására szólítja fel. Az egzisztenciális értelemben vett bűnben szintén a jelenvalólétről van szó, aki amíg egzisztál, addig mindig is bűnös marad. A jelenvalólét már kezdetektől fogva bűnös, hiszen a számtalan lehetőség közül csak vajmi keveset képes önmagához mérten beteljesíteni (akárkibe veszve marad bűnös). A rengeteg megvalósíthatatlan lehetőség miatt tartozik önmaga felé. A bűn tehát mint a jelenvalólét léte eredendőbb, mint minden róla való tudásunk.

Freud kutatásaihoz visszatérve elmondható, hogy két szorongáselmélete létezik, egy korai, amit 1895-ben az *Über die Berechtigung, von der Neurasthenie einen bestimmten Symptomenkomplex als „Angstneurose” abzutrennen* címmel publikált, illetve egy kései, ami 1926-ban *Hemmung, Symptom und Angst* címmel jelent meg. E két főbb írása mellett a szorongásról alkotott felfogása folyamatosan bővült és fejlődött – mely öt fázisra bontható le –, amit az alábbiakban röviden ismertetek.

Az első fázis az 1900 előtti időszak, amikor is korai megfigyelései alapján Freud azt a következtetést vonta le, hogy a szorongásos neurózist szexuális okokra lehet visszavezetni. Úgy vélte, hogy amikor az ember nemi feszültsége fokozódik, a lelkében szexuális vágy támad, s amikor ez a folyamat megszakad valamilyen okból kifolyólag, a feszültség szorongássá válik. Freud szerint a szomatikus (testi) szexuális izgalom két módon válik szorongássá: az endogén ingerek (a szervezetben keletkezett, azon belül megjelenő) felhalmozódása által, vagy valamilyen veszélyre adott reakcióként. A szorongás pszichológiai magyarázata Freud szerint az, hogy egy külső

²⁶ HEIDEGGER, *Lét és idő, i. m.*, 468.

²⁷ TENGELYI László, *Felelősség-etikai és fundamentálonológiai bűnértelmezés = Utak és tévutak, Előadások Heideggerről*, Bp., Atlantisz, 1991, 227–261.

veszélyre aktiválódik a szorongásválasz. Itt kapcsolódik össze a védekezés és szorongás kapcsolata Freud elméletében, melyre rávilágított.²⁸ Itt még a veszélyre adott reakciót nem kapcsolta össze az Én-el (majd ez csak a 4. fázisban érhető tetten). Tehát az érzelem, az izgalom és a szorongás fogalmak domináltak ebben az időszakban, ahol a középpontban a szexuális izgalom állt. Ezen első elmélet szerint a felgyűlt libidót szorongás általi levezetésre eredményeztette.

A második fázisban, úgy 1900 körül Freud a szorongást a vágyakkal hozza összefüggésbe, ami a tudattalanhoz tartozik. Itt hozza be és foglalkozik az álommal, a vágyakkal és az elképzelésekkel. Ebben a fázisban ötféleképpen határozza meg a szorongás eredetét: válasz a veszélyre, az elfojtott vágyak kitörése, testi- és lelki vágyak átalakulása, testi működési zavarok. A fentiek tükrében látható, hogy a tudattalan is szerepet kap a szorongás eredetének vizsgálatakor, ennek okán a szorongás fenoménje még komplexebbé válik. Amikor Freud a későbbiek folyamán újravizsgálja pszichoanalitikus szorongáselméletét, felülvizsgálata után arról ír a *Hemmung, Symptom und Angst* című írásában, hogy a neurotikus szorongás olyan veszélytől való félelem, melyet nem ismer az ember. Tehát először fel kell deríteni a veszélyt, azt tudatosítani kell magában az embernek, s ez esetben eltörölhetővé válik a reális és a neurotikus szorongás közti különbség. Abban az esetben, amikor a veszély reális, mégis az ettől való szorongás túlzottan nagy, e túlzásban rejlik a neurotikus elem. Ez azonban nem hoz új ismeretet, mivel a vizsgálatok azt mutatták, hogy az ismert reális veszély és az ismeretlen ösztönveszély egymással összekapcsolódik.²⁹ Ez a meghatározás jelentőssé vált a freudi pszichoanalitikus szemléletben, mivel a szorongásos reakciót visszavezette a veszélyhelyzetre. Az ösztönveszély esetén fellép az ember lelki tehetetlensége, ezért azt Freud traumatikusnak nevezi meg. Úgy véli, a neurotikus veszélyt az ösztöntörekvések okozzák. A szorongás és a neurózis közötti kapcsolat arra a tényre vezethető vissza, hogy az Én a szorongási reakció segítségével megvédi magát az ösztöntörekvéstől, ami által megjelenik lelki síkon a neurózis.³⁰ Tehát a szorongásos neurózis élesen elkülönül a szorongásos hisztériától, ugyanis az utóbbinál a szorongás tárgyhoz kötődik (mint pl. tárgy szeretetének elvesztésétől való félelem).

A harmadik fázis, ami az 1902–1914-es évekre tehető,³¹ amikor is Freud a szorongást a szexuális- és én-ösztönök ellentétéből származtatja.

²⁸ Michael DÜE, *Ontologie und Psychoanalyse: Metapsychologische Untersuchung über den Begriff der Angst in den Schriften Sigmund Freuds und Martin Heideggers*, Bodenheim, Hain bei Athenäum, 1986, 38–39.

²⁹ Sigmund FREUD, *Hemmung, Symptom und Angst*, Frankfurt/M., Fischer, 1926 (Studienausgabe, 6), 75–77.

³⁰ *Uo.*, 77.

³¹ DÜE, *Ontologie und Psychoanalyse, i. m.*, 14.

Vágyképzetek és szexuális izgalmak leírása található a középpontban az infantilis szexuális fejlődést vizsgálva. Majd a '10-es években a születés kerül a fókuszba, amely minden későbbi szorongásélmény gyökereként értelmeződik. A Goethe-díjas Otto Rank a szorongást részben a születési traumára, de mégis az azt megelőző állapotra vezeti vissza. A születés traumája című könyvében hivatkozik Freud *Hemmung, Symptom und Angst* című írására, amiben szerinte Freud elfogadta a szeparáció gondolatát s nem tudta, valójában mit fogad el, mivel ő csak az egyéni anyafixáció fogalmaiban gondolkodott.³² Lehetne több a születési trauma, mint fiziológiai – sőt pszichológiai – szeparáció az anyától? Ha igen, mi? Mi van kozmikus értelemben az anya fölött?³³ – teszi fel kérdéseit Rank. A születési trauma, melyet a sejtek egyetlen rétegének magjában lévő üreges bemélyedésből eredően a biológusok ma blasztocisztának, a kialakuló csíraplazma legelső embrionális magjának neveznek, Rank szerint megelőzi a méhen belüli állapotot csakúgy, mint a kilenc hónappal későbbi szorongáskeltő áthaladást a szülőcsatornán. Ez híresült el csíraplazmából eredő születési traumaként, amit Rank a *Filozófiai elmélkedés* című fejezetében is tárgyal, ahol többek közt azt is megemlíti, hogy Thalész volt az, aki egyáltalán fellebbentette a fátylat az őselfojtásról, ugyanis neki volt először egy homályos elgondolása az ember egyéni eredetéről az anyában. Ebben az időszakban Freud alapvető ökonómiai szemlélete nem változott a szorongással kapcsolatosan.

A negyedik fázis 1914–1919-ig tartott, ahol Freud elkülönítette a reális- és a neurotikus szorongást. Freud pszichoanalitikus elmélete szerint – időszakoktól függetlenül – neurotikus-, morális- és reális szorongás létezik, ahol a szorongás magára az állapotra vonatkozik. Úgy véli, hogy pl. a reális szorongás a túlélést segíti az embernél, ugyanis a veszély észlelésénél összekapcsolódik a menekülés reflexével.³⁴ A neurotikus szorongás az általános aggodalmaskodásból jön létre, ami többször előfordul a szorongásos álmok közben. A morális szorongás pedig bizonyos helyzetekhez, tárgyakhoz kötődő, mint pl. a fóbiák (pánikroham, agorafóbia). Elképzelése szerint a pánikrohamot agresszivitás, vagy elfojtott szexualitás idézheti elő, ami a tudat mentális egyensúlyát veszélyezteti. Az agorafóbiás egyén egy tudatalatti konfliktussal való szembesülést kerül el. Elméletének fő pillérei a tudattalan motívumok, a belső konfliktus, a signal szorongás, ezek formái a következők: paranoid,- szeparációs,- kasztrációs,- szuperego- és dezintegrációs szorongás. Freud lélekelemzése azért volt nagy siker, mert kizárólag a belső, lelki történések

³² Otto RANK, *A születés traumája*, ford. FRIGYES Júlia, Bp., Oriold és Társai, 2017, 223. Ld. még ehhez: BÓKAY Antal, *Freud és a személyiség relativitás-elmélete*, Lettre, 62(2006, ősz), 9–13.

³³ RANK, *A születés traumája*, i. m., 223.

³⁴ Sigmund FREUD, *Bevezetés a pszichoanalízisbe*, ford. HERMANN Imre, szerk. VARGA Éva, Bp., Gondolat–Talentum, 1994, 323.

tényei alapján építette fel a beteg lélek szerkezetét és vizsgálta annak működését. Így jutott el az ösztönökig, melyek megértéséhez az imént említettek felül figyelembe vette az élettudományi kutatási adatokat is, így az emberi psziché ismerete nagy lépésekkel haladt előre. A lelki életben a múlthoz való ragaszkodás, a korábbi biztonság-egyensúlyhoz való visszatérésre való törekvés lehetővé tette, hogy Freud az élettudományokban szentesített megmaradásra hajtó erőket szembeállítsa a halál ösztönével, így az élettani történést két törekvés polarítására redukálja. Ugyanis az ösztön nem egyéb, mint az élő organikus anyagban bennlakozó törekvés bizonyos korábbi állapot visszaállítására.³⁵ Freud szerint léteznek ezek a konzervatív ösztönök, melyek ismétlésre készítetnek, ugyanakkor vannak mások is, amelyek az újjáépződésre hajtanak. Abból indul ki, hogy ha minden ösztön konzervatív és regresszióra irányuló (egy régi helyzethez való visszatörekvés), akkor nem juthat más feltevésekhez az élet keletkezése és célja felől. A szexuális ösztönök azok, amik az egyént túlélő elemi organizmusok sorsára ügyelnek és az életet hosszabb időtartamokon át fenntartják. Ezek tulajdonképpen az életösztönök csoportján belül található meg, hiszen az élet folytatására ösztökélnék. Freud ekképpen különbözteti meg a két ösztönecsoportot egymástól: „Eredményünk, mely éles ellentétbe állítja az »énösztönöket« és a szexuális ösztönöket, és amely szerint az előbbiek a halálra, az utóbbiak az élet folytatására ösztökélnék”,³⁶ ugyanis az ösztön ismétlési kényszerének megfelelő jellege csak az első csoportra alkalmazható, hiszen a szexuális ösztönök az élet megújítására törekszenek. Ennek okán halál- és életösztönöket definiál, majd rámutat arra, hogy a szexuális ösztönök és az én-ösztönök legjellemzőbb különbsége az individuum önfenntartásának szolgálata. Freud nem dolgozott ki egységes alapelvet a szorongásos neurózis kialakulására, hanem mindig újabb modelleket fejlesztett ki. A '16-os évben még komolyabban foglalkozik a szorongás fogalmával, még mélyebben bemutatva a születés és a szorongás kapcsolatát. Amit itt nagyon fontos megemlíteni, hogy itt vezeti be a szorongást az Én-rendszerbe, azaz, rámutat arra, hogy a szorongásnak az Én-hez köze van. A szorongást az anyától való elszakadás élményéből eredezteti. A születés az első szorongásélmény és további forrása az ezt követő szorongásoknak. Freud a gyermekkori szorongás tárgykapcsolati aspektusára is rámutat, azt állítja, a gyermeknek hiányzik valaki, akit azelőtt szeretett. Itt kapcsolódnak be az elszakadás, az egyedüllét és a hiány fogalmai. Úgy véli, a születés és a halál közbeni szorongásban ugyanúgy megtalálható az elszakadás, elhagyás, védtelenség, amelyek mindkettőnél asszociálódnak. „Fenntartom azt a feltételezésem, hogy a haláltól való szorongás a kasztrációs

³⁵ Sigmund FREUD, *A halálösztön és életösztönök*, ford. KOVÁCS Vilma, Bp., Múzsák, 1991, 64.

³⁶ *Uo.*, 76.

szorongás analógiaként fogható fel, és a szituáció, amelyre az én reagál, a védő felettes-éntől való elhagyatottság.”³⁷ A kasztrációs szorongás alatt az alábbiakat érti: a kisgyermek első szerelme az édesanyja (itt tudattalan értelemben beszél szerelemről), az apa tekintélye azonban ellenáll ennek a tudattalan váagnak, ami a gyerek számára a kasztrációs komplexus formájában jelenik meg. A kisgyerekek, miközben anyjához a tárgyszeretetés módján viszonyul, az apával azonosul. A Felettes-én ennek az azonosulásnak a tudattalan maradványa, egy tudattalan büntető instancia létrejött a lelki szerkezetben. A bűn eredetét Freud az Ödipusz-komplexushoz köti, amely összefügg a kasztrációs szorongással, mégpedig ezen a módon: Freud szerint a fiúk 3-7 éves korukban erős, vérfertőző vágyat éreznek az anya iránt és rivalizálnak az apával (a lányok esetében ugyanez az Elektra-komplexus). Az elnevezés Szophoklész tragédiájából ered, melynek hőse, Oedipus, aki akaratlanul megöli apját és feleségül veszi anyját. Freud elmélete szerint az események normális menete szerint mind a fiúk, mind a lányok kinövik a komplexust. Fiúknál ez átalakul kasztrációs félelemmé és az apával való fokozatos azonosulássá, a nőknél pedig az asszonyi szerep fokozatos betöltésévé.

Az ötödik, egyben az utolsó fázis a '19-es és a '40-es évek közé tehető, amikor Freud fontos elméleti újításokat eredményez. Ami igazán komolyabb változást eszközöl, az az Ösztön-én és a Felettes-én rendszerének kidolgozása. A szorongást Freud továbbra is a neurózis fő problémájának és alapfenoménjének tartja. Rávilágít arra, hogy csak az Én képes szorongást létrehozni és érzékelni, mert az Én a központi helye a veszély felismerésének, ahol az Én a szorongás kimeneteléről mindig a pszichés realitás alapján dönt. Itt lényeges megemlíteni, hogy a szorongás hozza létre az elfojtást és nem fordítva történik meg. A szorongás működését a veszély és a tehetetlenség fogalmakon keresztül szemlélteti: „A szorongás a traumában érzett tehetetlenségre adott eredendő reakció, amely később, a veszélyhelyzetben mint segélykérő jel termelődik újjá. Az én, amely a traumát passzívan élte át, most aktív módon ismétli meg annak legyengített formában történő felidézését, abban a reményben, hogy lefolyását irányíthatja.”³⁸ Tehát az Én kívánná a saját folyamatait irányítani, ugyanis minél inkább bevonzza saját hatáskörébe a szorongást, annál inkább képes védekezni ellene. A '19-es évek derekán Freud a szorongás vizsgálatán belül megkülönböztet egy ún. kísérteties – Unheimliche – fogalmat. A kísérteties több egymáshoz fűződő jelentés jellemzi: az elfojtathoz való visszatérés, visszatérés az Én fejlődésének korábbi fázisába, a kasztrációs félelem és az ugyanaz megismétlése. Úgy véli,

³⁷ *Uo.*, 73.

³⁸ BERÉNYI Gábor, *Gátlás, tünet, szorongás = Sigmund FREUD, Válogatás az életműből*, ford. BART István, BERÉNYI Gábor, ERŐS Ferenc, F. OZORAI Gizella, FERENCZI Sándor, szerk. ERŐS Ferenc, Bp., Európa, 2003, 587.

az elfojtott az ismétléssel párosulva alkotja meg a kísérteties, ami a szorongást előidézni képes. A '20-as évek közepén kialakítja a szorongásról alkotott másik elméletét, ahol az Ösztön-én és a Felettes-én fogalmakat használja, amik a tudattalanban rejtőznek. Szerinte azok az emberek, akiket az erős Felettes-én irányít, szorongásos emberek. A tudatosban az Én van jelen, s tapasztalja (szorongásos szimptómák) a másik kettő harcát, amire az Én elhárítási mechanizmust vet be. A szorongást elhárító mechanizmusoknak azt a nem tudatos technikát nevezi, amikor az Én az Ösztön-én impulzusait elhárítja saját stabilitása érdekében. Freud szerint attól függ, hogy melyik elhárító mechanizmust preferálja az ember, hogy a korai érési fázisban a fejlődéséhez mely feltételek nem voltak megfelelők. S ha az elhárító mechanizmusok alkalmazása jellegzetes viselkedéssé alakul, akkor ez neurotikus személyiségstruktúrát eredményez.

A pszichoanalitikus irányzat nem írt le egy homogén elméletet a szorongásról. Nincs kidolgozva osztatlan alaptétel a szorongásos neurózis kialakulására, hanem mindig újabb és újabb modelleket fejlesztettek ki, hasonlóan a fentiekben ismertetett freudi szorongáselmülethez, ami szintén mindig valami újra cserélődött át. Popper a pszichoanalízist a nem-tudomány elborzasztó példájaként véleményezi, bár valamilyen heurisztikus értékét elismeri. Adler és Freud sok, valóban jelentős dolgot fogalmaztak meg – állítja, módszerük azonban nem a falszifikáción alapul, bár történeti szempontból majdnem minden tudományos elmélet mítoszból eredő, s egy-egy mítosz akár a tudományos elméletek anticipációját foglalhatja magába.³⁹ Wittgenstein viszonya Freudhoz ambivalens, ugyanis gyakran illeti bíráló jelzőkkel a pszichoanalízist, mégis csodálja Freud eredetiségét. Wittgenstein is – Popperhez hasonlóan – görög mítoszokhoz hasonlítja a freudi narrációt. „Freud különféle mítoszokra utal [...] nem magyarázta meg tudományosan az ősi mítoszt, hanem új mítoszt adott elő.”⁴⁰ A pszichoanalízis varázsát az adja meg, hogy egy tragikus mintához kapcsolja az ember életét, és ennek a tragikus hősnek a sors által rászabott születéskori önsorsát be kell teljesítenie. Amíg Wittgenstein a pszichoanalízist, az ember nyomorúságos élethelyzeteit a tragikus pátosz magasságába emeli, addig Thomas Mann az emberi jellem áttételén keresztül hasonló szerepet tulajdonít a mítoszoknak, s állítja, hogy Freud sorai között a mítosz támad fel újra és újra. A 20. század különböző mítoszkoncepciói, Bultmann Újszövetségértelmezése, Jonas gnosztikus mitológiája és az egzisztencialista filozófia közt vont párhuzamelméletei (heideggeri tanítványok), illetve Jung pszichológizáló mítoszelmélete is a

³⁹ Karl POPPER, *A tudomány: feltevések és cáfolatok = Filozófusok Freudról és a pszichoanalízisről*, ford. VAJDA Mihály, LENGYEL József, SZUMMER Csaba, BÁNFAI Bea, EHMAN Bea, VITÉZY Zsófia, szerk. SZUMMER Csaba, ERŐS Ferenc, Bp., Cserépalvi, 1994, 81–91, 97.

⁴⁰ *Uo.*, 79.

világról alkotott határozott feltételezéseken alapul. A mítoszokat védelmező gondolkodók azzal az előmegértéssel dolgoztak, hogy a létnek van valamilyen ünnepélyes mélyszerkezete, amelyhez képest a tudományok igyekvő buzgalma csupán felszíni fecsegés, amin az autentikus emberi létezésnek túl kell lépnie.⁴¹ Heidegger számára is vonzóvá vált a görög létezés szimbólumaként ismert Oedipus,⁴² kinek lényegi alapvonása a leghátborzongatóbban otthontalannak lenni. Yalom szerint – „[j]elentéskereső teremtmények vagyunk, akiknek az a balszerencse jutott osztályrészünkül, hogy bele vagyunk lökve egy olyan világba, amelynek nincsen belső jelentése”⁴³ – a freudi pszichoanalízis érdekes vállalkozásnak tűnik a világ visszavarázsolására, kísérlet annak az értelmezési űrnek a betöltésére, amely a modernitás varázstalanított világában keletkezett. Freud tehát egy olyan narráció lehetőségeit teremti meg, amely az egyéni élettörténetekre korlátozza magát és az analizált életének fragmentálódott eseményeit egy élettörténet koherens egységévé szervezi.

Carl Gustav Jung személyiségmodellje

A mítosz transzcendens bölcsességét hirdető Jung, aki a mítoszokban a korai emberiség legérettebb gondolatait tartalmazó alkotásokat látja úgy vélte, hogy az ember ebben fogalmazza meg léte értelmét. „Egyházi tanítás szól az ördögről: gonosz princípium, melyet szívesen képzelnek el baklábúnak, szarvval és farokkal. Képe félig állat, félig ember, földadta istenféle, mintha egy dionüszoszi misztériumegyletből szökött volna meg, holmi bűnös-vidám pogányság még meglévő hitvallója.”⁴⁴ Találó ez a kép – írja, pontosan jellemzi a tudattalannak azt a groteszk-hátborzongató látásmódját, mellyel az emberek nem tudnak elboldogulni. A hátborzongató fogalom Jungnál is megjelenik mint a tudattalan egyik nézőpontja, ahogyan a görög Oedipustól eredően Freudnál is képbe kerül és mint Heideggernél is a szorongás kapcsán. Az Ödipusz-komplexus Jung szerint egy tünet. „Amellyel egy emberhez vagy egy dologhoz való erős ragaszkodást »házasság«-nak lehet nevezni, vagy ahogyan a primitív lélek sok mindent a szexualitás metaforájának révén fejez ki, úgy írja le a szexuális felfogás a gyermek regresszív hajlamait mint az »anyja iránti

⁴¹ SZUMMER Csaba, *A pszichoanalízis apollóni arca = Freud avagy a modernitás mítosza, (Esszék a pszichoanalitikus antropológiáról és beszédmódról)*, Bp., L'Harmattan, 2014 (Károli Könyvek), 84–85.

⁴² Laius thebaei királynak és Epicasténak fia Oedipus (régibb etymologia szerint annyi, mint „duzzadt lábú”, újabb etymológiában = „hirtelen haragú, felgerjedő”) kezdetben az állam ura és az istenek dicső fényében áll, majd később apját meggyilkolva és saját anyját nőül véve léte el-nem-rejtetté lesz. A freudi Ödipusz-komplexus szintén innen ered.

⁴³ SZUMMER Csaba, *Freud avagy a modernitás mítosza, i. m.*, 133. Ld. még ehhez: Irvin D. YALOM, *The Gift of Therapy, An open letter to a new generation of therapist and their patients*, New York, Harper, 2002.

⁴⁴ C. G. JUNG, *Gondolatok a jóról és rosszról*, ford. BODROG Miklós, Bp., Kossuth, 1996, 15.

vérfertőző vágyát».⁴⁵ A gonosz szelleme a szorongás – állítja, az a tilalom, ami útját akarja állni a fennmaradásért küzdő életnek. S ez a szellem minden, ami visszafelé igazodik, ami anyához láncoltsággal és a tudatalattiban való feloldással és kihunyással fenyeget.⁴⁶ Jung itt egy nagyon fontos kijelentést tesz: „A heroikus ember számára a félelem kihívás és feladat, mert csak a merészség szabadíthat meg a szorongástól. S ha ilyen bátorság nincs, kicsorbul az élet értelme, s minden, ami jövő, reménytelen laposságra kárhoztatik, holmi szürkületté ködlik, amelyet már csak lidércfények világítanak meg.”⁴⁷ Tehát bátorság kell, eltökéltség ahhoz, hogy az ember szembe tudjon nézni szorongásával, illetve félelmeivel, s ha ez nem történik meg, akkor heideggeri értelemben az akárkibe beleveszve tengődik tovább a hétköznapiság módján. Jung azon a véleményen van, hogy az embernek elsősorban alapos önmegismerésre van szüksége, önnön teljességének lehető legjobb ismeretére egy önámítás nélküli életvitelben. Minden káoszban van kozmosz is, minden rendtelenségben rend, minden önkényben folyton ott a törvény, mert minden, ami hat, ellentétben alapszik. Ennek a felismeréséhez megkülönböztető emberi értelemre van szükség. Soha nem szabad elfelejteni a történelmi előzményeket – írja, az emberiség szeretne felmászni egy filozofikus vallás magasságába, de nem képes rá. Ugyanis az emberek elfelejtik, hogy az elmúlt kétezer év vallása pszichológiai beállítódás, a külső-belső alkalmazkodás valamilyen útja-módja (amely egy bizonyos kultúrformát hozott létre), s ennek okán a psziché mélyebb rétegei e korábbi irányultságot követve munkálódnak tovább.⁴⁸ Majd Hérakleitoszra hivatkozik, aki fölfedezte minden pszichológiai törvény közül a legcsodálatosabbat: az ellentétek szabályozó funkcióját (enantiodromia). Az ellentétek váltakozását úgy értelmezte, hogy egyszer minden átlendül az ellentétébe. Ezt a törvényt Jung szerint az ember csakis az önmaga és tudattalan közötti különbség ismeretével tudja elkerülni.

Az ismeretlenhez, azaz az elfojtott tartalmakhoz való eljutásban négy módszert alkalmazása vált ismertté. Az első módszer a szóasszociációs módszer, amely azon az elven működik, hogy a legfőbb komplexusok keresését a szóasszociációs kísérlet alapján találják meg. A második módszer a tünetelemzés, amit Freud alakított ki – olvasható Jung *A személyiség fejlődése* című írásában, ahol a pácienssel olyan emlékeket idéztetnek fel, amelyek bizonyos betegségi tünetek alapját képezik (Freud e módszer alapján alapozta meg a korai traumaelméletét).⁴⁹ A harmadik módszer az anamnéziselemzés, ami a neurózis időbeli fejlődésének rekonstrukciójából áll. Az így

⁴⁵ C. G. JUNG, *Az analitikus pszichológia és a nevelés = A személyiség fejlődése*, ford. TURÓCZI Attila, Bp., Scolar, 2008, 75.

⁴⁶ *Uo.*, 54–55.

⁴⁷ *Uo.*, 55.

⁴⁸ JUNG, *Gondolatok a jóról és rosszról, i. m.*, 119.

⁴⁹ JUNG, *A személyiség fejlődése, i. m.*, 91–102.

kapott anyag egy többé-kevésbé összefüggő dolgokból álló sorozat lesz, amelyet a páciens elmesél az orvosnak, amennyire fel tudja őket idézni. Ez az eljárás is terápiás értékkel bír, mivel lehetővé teszi a páciens számára, hogy megértse neurózisának főbb összetevőit és ezzel esetleg beállítódásának lényeges megváltoztatásához segíti. A negyedik módszer a tudattalan elemzése, azaz a freudi pszichoanalízis. Ez a módszer csak akkor alkalmazható, ha már minden tudatos tartalmat megmagyaráztak, megismerték a páciensnél.

Jung szándéka az volt, hogy a lehető legjobban megérthessék az emberek az életet úgy, ahogyan az emberi lélekben megmutatkozik. Ezzel annak a nézetnek adott hangot, hogy az emberi lény legfőbb célja és legfőbb óhaja annak a teljességnek a kibontakoztatása, amit személyiségnek neveznek. A személyiséget, mint az ember teljességének kifejeződését Jung a felnőtt ember ideáljaként írta le, amelynek tudatos megvalósítása az élet delén túl az emberi fejlődés végcélja. A pszichikai valóság egészének körbejárását kísérte meg, az egészség-betegség kapcsolatáról, valamint az egészségmegőrzésről írt munkái erről ismeretesek. Jung számára a tudattalanban lévő szorongások feloldása volt a legfontosabb feladat, mert ezzel óriási energiákat szabadíthat fel az emberben, így az önmagává válás folyamata gyorsabb és intenzívebb lesz. Érdemes megemlíteni, hogy Jung szerint a szorongás csak akkor lép fel, amikor az emberi lélek nem képes alkalmazkodni az élet egzisztenciális igényeihez, s ez az alkalmazkodási probléma akkor jelentkezik, amikor a fejlődési szakaszokon való túllépést nem oldja meg az ember teljességében. A szorongásnak itt belső, tudattalanból jövő fenyegetései jönnek felszínre. Ezek az elképzelések legtöbb esetben a jövőben bekövetkező élethelyzetekre vetítődnek ki, így a szorongás külső okhoz fog kapcsolódni, ezáltal elveszíti eredeti okát. „Megtudtuk, honnan ered a neurózis, előástuk a legkorábbi élményeket, kirántottuk a legutolsó gyökereket, és azt is tudjuk, hogy az áttétel semmi egyéb nem volt, mint a gyermekkor boldogsága iránti vágyteljesítő fantázia, illetve visszabújás a családregénybe.”⁵⁰ Személyiségmodellje a freudi pszichoanalízisre épül, de azt még továbbfejlesztve újabb fogalmakkal gazdagította a lélektant. Az Én-t komplexusként értelmezi, azaz az ellentétekből eredő, feloldhatatlan feszültséget érti, ahol az Én a világ és a személyiség határán elhelyezkedő ütközőpont található változó feszültséggel. A tudattalant két részre bontja: személyes és kollektív területre. A személyes tudattalant az elfojtott érzések és gondolatok alkotják, melynek mélyén fontos személyiségaspektusok rejlenek, mint pl. anima, animus, mély Én, persona, árnyék. A jungi lélektan a kollektív tudattalan tartalmának nevezi az archetípusokat, amelyekben megtalálható az emberi lélek dichotómiája és az arra épülő kétarcúsága (ellentétpárokra hasítottága). Az anima, illetve animus

⁵⁰ C. G. JUNG, *A pszichoterápia gyakorlata*, ford. SZALAI István, Bp., Scolar, 2002, 75.

archetípus olyan alapstruktúra, amely a feminin, illetve a maszkulin minőség szerkezetét foglalja magába. Ez a szerkezet az adott biológiai nemhez köthető. A feminin archetípus a férfi tudattalanjában az anima, a maszkulin archetípus a nőben az animus nevet viseli. Amikor egy férfi szenvedélyes vonzalmat érez egy nő iránt, akkor saját animáját, tudattalan feminin minőségét látja a nőben megtestesülni, így sokkal szebbnek látja a nőt minden más nőnél, sőt annál is szebbnek, mint amilyen a nő valójában. Az archetípus szimbólumokkal manifesztálódik, amik az ember lelki élményvilágának sűrítményei. Ezek a sűrítmények ősképek formájában az évszázadok alatt felhalmozódtak, s a tudatos és tudattalan közötti híd szerepét töltik be.

A jungi filozófia⁵¹ egyik alapelve, hogy az emberi személyiség fejlődő, mozgásban lévő saját magát szabályzó rendszer, amely a tudattalan állapot és a tudatosság viszonylagos egyensúlyára törekszik. Ha bármelyik terület egyoldalúvá kezd válni, a psziché azonnal korrigálni igyekszik felhasználva pl. a destruktív megoldásokat is (neurózis, szomatikus betegségek). A jungi terápia célja tehát azt a fejlődést foglalja magába, ami lényegében a szimbólumok⁵² segítségével valósul meg. Ez az archetípus tetten érhető az emberi pszichében, a gyermek tudatalattijában, illetve fantáziájában is. A személyes tudattalan az egyéni életút eseményeit őrzi, a kollektív pedig az a terület a személyiségen belül, amely közös az emberiséggel. (Pl. a művészi alkotások megérintik az embereket, mert gyökerük, alaptörténetük az emberiség múltjából ered. Ilyenek a mesék, mítoszok, irodalmi művek stb. Az ősi történetek hatással vannak az emberekre, mély, belső, archaikus hurokat szólaltatnak meg a lelkükben.) A kollektív tudattalan tartalmi megjelenhetnek negatív érzések, félelmek, szorongások által keltett ősképekben (szörnyek, boszorkányok a mesékben), de megjelenhetnek pozitív vágyként is (tündérek, csodaerővel bíró állatok). Jung szerint a kollektív tudattalan kiapadhatatlan kincsesbánya, ahonnan az emberiség belső képeit és ösztönzéseit meríti, s amelyet aztán a legkülönbözőképpen tolmácsol, lehet akár veszedelmes és káros is,⁵³ hiszen egy beteg ember fantáziája túltengő és nagyon fejlett. A

⁵¹ Jung spirituális, valamint filozófiai érdeklődéssel is rendelkezett. Mint ismeretes, doktori disszertációját az okkult jelenségek pszichológiájából szerezte, valamint a '20-as évek elejétől ősi vallások és kultúrák nyomait kutatta Afrikában, Indiában, Ceylon szigetén stb. Érdeklődése sokrétűnek bizonyult, pl. Kant főművét *A tiszta ész kritikáját* is olvasta, sőt jelentősnek vélem megemlíteni ehhez a tárgykörhöz kapcsolódóan *A személyiség fejlődése* című kötetét, melyben a személyiség (az ember teljességének kifejeződése) fő céljának az emberi fejlődést látta.

⁵² A szimbólumok JUNG, *Symbolik des Geistes*, IV. fejezetében található, illetve a jungi alkímista szövegben is megjelennek. Ld. C. G. JUNG, *Symbolik des Geistes*, Zürich, Rascher, 1948, 361–373. Ld. még ehhez: C. G. JUNG, *Az alkímista elképzelésekről*, ford. BÀN Zoltán András, szerk. KIS KÓS Antal, Bp., Scolar, 2014 (C. G. Jung Összegyűjtött Munkái 13), 101–115.

⁵³ C. G. JUNG, *A kollektív tudattalan archetípusai = Bevezetés a tudattalan pszichológiájába*, ford. NAGY Péter, Bp., Európa, 1990, 59–61.

kollektív tudattalan tartalmait tehát az archetípusokban őrzött anima (férfiban lévő női minőség) és animus (nőben lévő férfi minőség),⁵⁴ de megjelenhet a persona vagy az árnyékszemélyiség alakjában is. A persona szerepszemélyiséget jelent, minden ember egoja kialakít egy olyan személyiségrészt, amivel érintkezik a többiekkel. Az árnyék egy autonóm részszemélyiség, a személyiség alsóbbrendű része, a personával ellentétes, a tartalmak gyűjtőhelye. Az árnyék megjelenhet álomban, például: a társadalmilag magasra emelkedett emberek álmaiban ellentétes tartalmak: koldus, szegény. Az álomban való megjelenéskor az árnyék azonos nemű az álmodóval. A persona és az árnyék védőpajzsfunkciót töltenek be az Én köré szerveződve, kiszűrrik a külvilágból és az ember belső világából érkező impulzusokat. Az Én, az ego veleszületett tendenciával rendelkezik, azaz védőfalat emel a külső és belső inváziók ellen. A külvilágból érkező impulzusok szűrője a persona, a belsőből érkezőket az árnyék észleli. Az árnyék lehet projekció (saját elfogadhatatlan Én-részeinket kivetítjük másokra) is.

A szimbólum a tudatos és tudattalan közötti híd szerepét tölti be, a szimbólumok hatása az évszázadok során nem csökkent, hanem új és új érzelmekkel töltődött fel. A Selbst⁵⁵ a személyiség központi archetípusa, mély Én-nek vagy a személyiségközpontnak fordítják. Ez a személyiség központjának és totalitásának kifejezője. Az anima és az animus az ellentétes nem belső tudattalan képviselője. Ez teszi lehetővé, hogy megtalálja az ember a párját. Ha az egyén megtalálja azt az embert aki, az animáját/animusát képezi, szerelmes lesz belé. Jung számára a személyiség legfontosabb feladata az egyénivé válás, ami a szorongás legyőzésének legjobb eszköze. Hiszen így az ember azzá tud válni, aki különbözik az átlagtól, s a folyamat végén az individuuum a teljes Én, aki nem hagyja, hogy a komplexusok eltérítsék önmagától. Ezt nevezi a Selbst archetípusának.⁵⁶ A tudattalan erőit le kell győznie magában az embernek és a felszabadult energiák hozzásegítik a szorongások leküzdéséhez. Jung az egész életen át tartó fejlődést nevezte individuációnak, s úgy vélte, a fejlődés és az életút lényegében egy paradoxont foglal magába: vissza a kezdetekhez, az eredethez. Ez az út, ami az egységből

⁵⁴ „Az animának és az animusnak az az ábrázolása, amire itt módomban nyílik, szükségképpen hézagos. Még inkább kiélezném ezt a hiányosságot, ha úgy írnám le őket, hogy az anima nem egyéb, mint a nő ösképe, és lényegében irracionális érzésekből áll, az animus pedig nem egyéb, mint a férfié, és véleményekből áll. Mind a két típus rendkívül problematikus, mert archaikus mintái azoknak a pszichikai jelenségeknek, amelyeket ősidóktól fogva léleknek neveztek, és ők hozzák létre azt az emberi szükségletet is, hogy egyáltalán lelkekről vagy démonokról beszéljünk.” C. G. JUNG, *Szellem és élet*, ford. S. NYÍRŐ József, Bp., Kossuth, 1999, 24–25. Ld. még ehhez: JUNG, *Gondolatok a jóról és rosszról*, i. m., 91.

⁵⁵ A Selbst a legbelsőbb önmagunk, rendeltetészerű lényünk felsőbbrendű magja, központi archetípus, azaz hatalmas erejű öskép. JUNG, *Gondolatok a jóról és rosszról*, i. m., 21.

⁵⁶ C. G. JUNG, *Alapfogalmaink lexikona*, ford. BODROG Miklós, Bp., Kossuth, 1997, 136.

indul egy kört ír le, mert integrációkon keresztül visszatér az egységhez. E körforgás közben minőségi változásra, alkotó fejlődésre nyílik lehetőség, melynek kulturálisan átörökítő hatása van, meghaladva ezzel az egyéni élet uroborosát.

A klinikai értelemben vett szorongásfogalom eredete tehát több szempontból is vizsgálható. Freud és Adler egyazon ösztön folyamatos tevékenységét feltételezik, ahol olykor a szexualitás, máskor az önérvényesítés kerül túlsúlyba. Jung ettől eltérően úgy véli, hogy az emberi létet nem merev rendszernek, hanem mozgó és folyamatos történésnek kellene tekinteni, amit különböző ösztönök befolyásolnak. Jung célja többek között az is, hogy a lehető legjobban érthető legyen az élet úgy, ahogyan az emberi lélekben megmutatkozik. Lélektana azt vizsgálja, hogy az ember megtalálja tévelygéséből az életbe visszavezető utat. Úgy véli, a szorongás a személyiség fejlődésének zavara, ezért szükséges a személyiség és a belső hang problematikáját tárgyalni. A napvilágra kerülő tartalmak megfelelnek a belső hangnak és sorszerű rendeltetésre utalnak, amelyet ha a tudat magába fogad, a személyiség fejlődését indíthatja el. „Bensőnk hangja a teljesebb élet hangja, egy tágabb, átfogóbb tudat hangja. Ezért esik egybe mitológiai értelemben a hős születése vagy a szimbolikus újjászületés a napkeltével, mivel a személyiség kialakulása ugyanazt jelenti, mint a tudat gyarapodása.”⁵⁷ Jung azon a véleményen van, hogy a belső hang jellege Luciferi, ami az embert végső erkölcsi döntések elé állítja.

Irodalom

- Berényi Gábor (2003): Gátlás, tünet, szorongás = Sigmund FREUD, Válogatás az életműből, ford. BART István, BERÉNYI Gábor, ERŐS Ferenc, F. OZORAI Gizella, FERENCZI Sándor, szerk. ERŐS Ferenc, Bp., Európa.
- Boros János (2018): Immanuel Kant, Bp., MTA BTK.
- Bókay Antal (2006): Freud és a személyiség relativitás-elmélete, Lettre, 62 (oldalszám!).
- Düe, Michael (1986): Ontologie und Psychoanalyse: Metapsychologische Untersuchung über den Begriff der Angst in den Schriften Sigmund Freuds und Martin Heideggers, Bodenheim, Hain bei Athenäum.
- Elischer Gyula (1902): Irodalom-szemle, Orvosi Hetilap, A hazai és külföldi gyógyászat és kórbuvarlat közlönye, 46, (oldalszám!).
- Freud, Sigmund (1994): Bevezetés a pszichoanalízisbe, ford. HERMANN Imre, szerk. VARGA Éva, Bp., Gondolat □ Talentum.

⁵⁷ JUNG, *A személyiség fejlődése, i. m.*, 171.

- Freud, Sigmund (1991): A halálösztön és életösztönök, ford. KOVÁCS Vilma, Bp., Múzsák.
- Freud, Sigmund (1960): Einige Bemerkungen über den Begriff des Unbewußten in der Psychoanalyse = Werke aus den Jahren 1909–1913, Frankfurt am Main, S. Fischer, (Gesammelte Werke, 8).
- Freud, Sigmund (1926): Hemmung, Symptom und Angst, Frankfurt/M., Fischer, (Studienausgabe, 6).
- Fromm, Erich (2002): Menekülés a szabadság elől, ford. BÍRÓ Dávid, Bp., Napvilág, (Társtudomány), 13.
- Heidegger, Martin (1989): Lét és idő, ford. VAJDA Mihály, ANGYALOSI Gergely, BACSÓ Béla, KARDOS András, OROSZ István, Bp., Gondolat.
- Joós Ernő (1980): Isten és a lét, Vigilia, 45 (oldalszám!)
- Jung, Carl G. (2008): Az analitikus pszichológia és a nevelés = A személyiség fejlődése, ford. TURÓCZI Attila, Bp., Scolar.
- Jung, Carl G. (1996): Gondolatok a jóról és rosszról, ford. BODROG Miklós, Bp., Kossuth Kiadó.
- Jung, Carl G. (2002): A pszichoterápia gyakorlata, ford. SZALAI István, Bp., Scolar.
- Jung, Carl G., Az alkímista elképzelésekről, ford. BÁN Zoltán András, szerk. KIS KÓS Antal, Bp., Scolar, 2014 (C. G. Jung Összegyűjtött Munkái 13).
- Jung, Carl G. (1990): A kollektív tudattalan archetípusai = Bevezetés a tudattalan pszichológiájába, ford. NAGY Péter, Bp., Európa.
- Jung, Carl G. (1999): Szellem és élet, ford. S. NYÍRÓ József, Bp., Kossuth Kiadó.
- Jung, Carl G. (1997): Alapfogalmaink lexikona, ford. BODROG Miklós, Bp., Kossuth Kiadó.
- Jung, Carl G. (1948): Symbolik des Geistes, Zürich, Rascher.
- Kant, Immanuel (1974): A vallás a pusztaság határain belül és más írások, ford. VIDRÁNYI Katalin, Gondolat.
- Kowalewski, Arnold (2000): Königsberger Kantiana = Immanuel Kant, Works, szerk. Sabina Laetitia KOWALEWSKI, Werner STARK, Hamburg, Meiner.
- Pavlov, Ivan P. (1978): Az állatok és az ember magasabb idegműködésének általános típusai = Típustanok és személyiségvonások, ford. Czizler István, Faragó Klára, Freisinger Ferenc, Kulcsár Zsuzsa, László János, Téri Sarolta, Vándor Ferenc, Várkonyi Zsuzsa, szerk. Halász László, László János, Marton L. Magda, Bp., Gondolat.
- Pavlov, Ivan P. (1953): I. P. Pavlov válogatott művei, ford. FREISINGER Ferenc, szerk. LISSÁK Kálmán, Bp., Akadémiai Kiadó.

- Popper, Karl (1994): A tudomány: feltevések és cáfolatok = Filozófusok Freudról és a pszichoanalízisről, ford. VAJDA Mihály, LENGYEL József, SZUMMER Csaba, BÁNFAI Bea, EHMAN Bea, VITÉZY Zsófia, szerk. SZUMMER Csaba, ERŐS Ferenc, Bp., Cserépalvi.
- Rank, Otto (2017): A születés traumája, ford. FRIGYES Júlia, Bp., Oriold és Társai.
- Szummer Csaba (2014): A pszichoanalízis apollóni arca = Freud avagy a modernitás mítosza, (Esszék a pszichoanalitikus antropológiáról és beszédmódról), Bp., L'Harmattan.
- Tengelyi László (1991): Felelősség-etikai és fundamentálonológiai bűnértelmezés = Utak és tévutak, Előadások Heideggerről, Bp., Atlantisz Kiadó.
- Yalom, Irvin D. (2002): The Gift of Therapy, An open letter to a new generation of therapist and their patients, New York, Harper.