



## Bevezetés: Föld és lélek – klímaválság és pszichológia

„Mind filogenetikailag, mind ontogenetikailag a Föld mély öléből emelkedtünk ki.”  
Carl Gustav Jung<sup>1</sup>

2019-re a klíma-vészhelyzet jogosan vált a tudományos és mindennapi diskurzusok legfontosabb témájává. Bizonyított, hogy a bolygó bioszféráját érintő, emberi tevékenység következtében kialakult globális krízishez érkeztünk el, amely egyrészt az egész földi létezését fenyegető abszolút jaspersi határhelyzetként fogható fel, másrészt az erre adott egyéni és csoportreakciók megértése kihívást jelent a kérdést eddig jobbra elhanyagoló pszichológia tudománya számára. Hogy a lélektani tényezők milyen fontos szerepet játszanak a válság előidézésében és annak eddig jobbra elégtelen kezelésében, az már jóval hamarabb terítékre került egyes tudósok és gondolkodók okfejtéseiben. Balogh János világhírű magyar zoológus és ökológus (1913-2002) már harmincöt évvel ezelőtt, 1985-ben feltette a kérdést *A megsebzett bolygó* című könyvében (amelyből egyébként filmsorozat is készült), hogy vajon képes lesz-e az ember arra, hogy „a kezében lévő óriási hatalommal bölcsen és önmérséklettel élve úrrá legyen a fogyasztói társadalomból fakadó gazdasági mohóságán, és erőit inkább bolygónk 2000 után is még biztonságosan működő bioszférájának fenntartására” összpontosítsa.<sup>2</sup> A jelenlegi helyzet azt mutatja, hogy az olyan pszichológiai tényezők, mint az önzés, az anyagiasság, a mohóság, a felelőtlenység vagy a tagadásra való hajlam egyrészt fokozzák a természetnek okozott károk mértékét, másrészt pedig akadályozzák a károkozásban játszott szerepünk következményeinek felismerését és szükséges lépések megtételét egyéni, de leginkább gazdasági, kulturális, politikai és társadalmi szinteken. Paradigmaváltásra volna szükség az emberi gondolkodás és cselekvés területén, ahogyan azt az olyan természetvédelmi mozgalmak, mint az Extinction Rebellion és a Fridays for Future, vagy az olyan neves klímavédők, mint David Attenborough és Greta Thunberg is hangsúlyozzák.

A pszichológia tudománya (leszámítva néhány elszigetelt kezdeményezést, mint például az *Imágó Budapest* jelenlegi számában is szereplő amerikai pszichoanalitikus, Harold Searles munkái az 1960-as évektől kezdődően) a '90-es évekig nem túl sok figyelmet szentelt a természeti környezet és az ember kapcsolatának. Ez azért is meglepő, mert az irodalom, a művészet és a filozófia számára ennek a viszonynak a

<sup>1</sup> C. G. Jung: *Föld és lélek. Az archaikus ember*. Budapest: Kossuth Könyvkiadó, 1993, 10.

<sup>2</sup> Balogh János: *A megsebzett bolygó*. Budapest: Móra Ferenc Könyvkiadó, 1985, 148.

fontossága, lelki életre gyakorolt hatása hosszú ideje ismert volt, és a modern pszichológiát megelőlegező romanticizmusban (majd azt követően is) különösen kiemelt jelentőséggel bírt.<sup>3</sup> Amikor például a modern hermeneutika atyja, Wilhelm Dilthey arról elmélkedik, hogy az ember csak akkor szabadul meg a szeretet és a szerelem fájdalmaiktól, amikor a természetbe való belemerülés során a duzzadó érzelmek árjának semmiféle gát nem áll elébe<sup>4</sup>, akkor az félreérthetetlenül utal az ember-természet viszony lélektani aspektusaival kapcsolatos tudatosságra. (Hasonló „vakság” mutatkozott egyébként korábban a kreativitással kapcsolatban is; a hosszú ideje fennálló romantikus kreativitás-kultusz és a pszichoanalitikus illetve alaklélektani kezdeményezések ellenére a „hivatalos” pszichológia csak a második világháború után kezdett érdeklődni a téma iránt.<sup>5</sup>)

Ez természetesen nem jelenti azt, hogy a természettel való emberi viszony egyáltalán nem jelent meg a pszichológiai kutatások világában, hiszen a környezetpszichológia diszciplinájának mindig is részét képezte a „természetpszichológia”, annak ellenére, hogy a hangsúly ebben a tudományágban inkább az emberi környezet viselkedésformáló hatására esett.<sup>6</sup> A környezetpszichológia természeti környezettel kapcsolatos legfontosabb témái közé olyan jelenségek sorolhatók, mint a természetészlelés sajátosságai, a természettel kapcsolatos tevékenység (pl. állatok háziiasítása), a természettel való konfrontáció üdülés vagy természeti katasztrófák esetén, illetve a természet átalakítása (földművelés, tájépítészet, urbanizálódás).<sup>7</sup> Ennek ellenére a „természetpszichológia” sokáig marginális jelentőségű maradt a pszichológiában.

Az első jelentősebbnek mondható áttörést a területen az amerikai történész és kultúrkritikus, Theodore Roszak munkássága jelentette. Roszak korábban az „ellenkultúra” jelenségének 1969-es leírásával<sup>8</sup> és a komputerizált világ lehetséges hatásainak elemzésével<sup>9</sup> hívta fel a figyelmet magára, majd érdeklődése a környezetvédelem és annak pszichológiai dimenziói felé fordult. Ennek eredménye lett az ökopszichológiai irányzat megjelenése, amely először Roszak *The Voice of the Earth. An Exploration of Ecopsychology*<sup>10</sup> című könyvének publikálásában (1992), majd az 1995-ös *Ecopsychology. Restoring the Earth, Healing the Mind*<sup>11</sup> című tanulmánykötet formájában öltött testet. (Az utóbbi kötet szerkesztői Roszak mellett Mary E. Gomes és Allen D. Kanner pszichológusok voltak.) Roszak üzenete aktuálisabb, mint valaha. Véleménye szerint a pszichológia „kizöldülése” és az ökológia, valamint a környezetvédelmi mozgalmak „pszichologizálódása” elkerülhetetlen és szükségszerű. Az utóbbi azért, mert a klímamozgalmak sokszor siralmasan leegyszerűsített és egyoldalú pszichológiára építik tevékenységüket, mivel

<sup>3</sup> Lásd például Rüdiger Safranski: *A romantika. Egy német affér*. Budapest: Európa Könyvkiadó, 2010.

<sup>4</sup> Wilhelm Dilthey: *Élmény és költészet*. Budapest: Franklin Társulat, 1925.

<sup>5</sup> Kövály Zoltán: *Kreativitás és személyiség*. Budapest: Oriold és Társai Kiadó, 2012.

<sup>6</sup> Düll Andrea: *A környezetpszichológia alapkérdései*. Budapest: L'Harmattan, 2009.

<sup>7</sup> Hellmuth Benesch: *Atlasz – Pszichológia*. Budapest: Athenaeum, 1999.

<sup>8</sup> Theodore Roszak: *The Making of a Counter Culture*. Garden City: Doubleday & Company Inc., 1969.

<sup>9</sup> Theodore Roszak: *Az információ kultusza*. Budapest: Európa Könyvkiadó, 1990.

<sup>10</sup> Theodore Roszak: *The Voice of the Earth. An Exploration of Ecopsychology*. New York: A Touchstone Book, Simon & Schuster, 1992.

<sup>11</sup> Theodore Roszak, Mary E. Gomes & Allen D. Kanner (szerk.): *Ecopsychology. Restoring the Earth, Healing the Mind*. San Francisco: Sierra Club Books, 1995.

szinte kizárólag az elrettentést, a büntudatkeltést és drasztikus konfrontációt alkalmaznak, amikor hatást akarnak gyakorolni az emberekre. A modern pszichológia (például a pszichoterápia) tapasztalata egyrészt az, hogy ez a stratégia a legtöbb esetben fokozza az ellenállást és az elhárítást, másrészt az, hogy az emberek meggyőzéséhez és megnyeréséhez gyakran sokkal szofisztikáltabb kommunikációs eszközökre van szükség. Az ökológiának és a környezetvédelmi mozgalmaknak ezért mindenképpen fel kell használniuk a modern pszichológiai kutatások eredményeit.

Az érem másik oldala, hangsúlyozza Roszak, hogy a pszichológia, kiváltképp annak a mindennapokat közvetlenül érintő alkalmazott területei (klinikai pszichológia, pszichoterápia, pszichiátria) ez idáig teljes mértékben figyelmen kívül hagyták az *Umwelt*<sup>12</sup> világát akkor, amikor a normális és patológiás pszichológiai jelenségek kritériumait meghatározták, és szinte kizárólag a *Mitwelt* és az *Eigenwelt* dimenzióira koncentráltak. A pszichológiának vannak bevett fogalmai, koncepciói az *Eigenwelt* világában felbukkanó normál és kóros pszichológiai fenoménnel kapcsolatban (pl. önbizalom, önmegvalósítás, önismeret vs. narcizmus, öndestrukció, hamis szelf, stb.), és lélektanilag feltérképezettnek tekinthető a *Mitwelt* birodalma is (kötődés, empátia, altruizmus vs. dependencia, szociális fóbia, antiszociális viselkedés, stb.). Az *Umwelt*tel kapcsolatban azonban nincsenek kanonizált normálpszichológiai és pszichopatológiai koncepciók, és a manapság egyre gyakrabban előkerülő jelenségekhez kapcsolt fogalmak (ökotudatosság klímaszorongás, öko-gyász, klímadepresszió, illetve klímaszkeptícizmus, klímaváltozás-tagadás, nem beszélve a természetet pusztító vagy a kizsákmányoló magatartásról) a Roszak írásai óta eltelt negyed évszázad során sem igazán váltak a hivatalos pszichológiai vagy pszichiátriai nomenklatúra részévé. (A mindenható diagnosztikus rendszerek, például a DSM csak a természeti jelenségekkel kapcsolatos fóbiák formájában tartalmaz ilyen utalást.) Az *Umwelt* világának humántudományos elhanyagolása Roszak szerint azzal áll összefüggésben, hogy a természet és az ember viszonyának tanulmányozását az ember jó ideje a természettudományra testálta, amely pedig Galilei óta folyamatosan dehumanizálódik, mechanikussá, matematikaivá, személytelenné, „objektívvé” vált, a természetet eltárgyasítja, és materialista, redukcionista módon viszonyul hozzá. Ennek filozófiai-ismeretelméleti alapjait a (megismerő) szubjektum és a (megismert) objektum közti szigorú különbségtétel, a „kartézianus hasadás” jelenti, melynek nyomán az ember elidegenedik tapasztalatának tárgyától, jelen esetben a természettől.

A tudománynak azonban lépést kell tartania a megváltozott feltételekkel, reagálnia kell a felmerülő új problémákra. A szakemberek egy része megpróbálja a klímaválsággal járó és egyre elterjedtebb új pszichológiai jelenségeket a már létező modellek segítségével értelmezni. Egyesek azt hangsúlyozzák, hogy a klímaszorongás tudományos szempontból nem „új”, és korábban már megismert és leírt szorongásformák (szeparációs szorongás, halálszorongás) aktuális verziójának tekinthető. Arról azonban elfeledkeznek, hogy a szeparációs szorongásra<sup>13</sup> és a

<sup>12</sup> Az *Umwelt* (a nem-emberi világa), a *Mitwelt* (a másokkal való együtt létezés világa) és az *Eigenwelt* (a személyes létezés világa) az a három, egyformán lényeges dimenzió vagy létmód, ami az ember világban való létezését meghatározza. Ezt leginkább az olyan egzisztenciális irányultságú szerzők hangsúlyozzák, mint Ludwig Binswanger vagy Rollo May. Lásd pl. Rollo May (szerk.): *Existence*. New York: A Touchstone Book, Simon & Schuster, 1958.

<sup>13</sup> Diana Plichthofer: *Elválás, leválás, elszakadás*. Budapest: Oriold és Társai Kiadó, 2019.

halálszorongásra<sup>14</sup> van hivatalos pszichoterápiás „gyógymód”, például a szeparációval és a halállal kapcsolatos veszteségek aktív elgyászolása, amely lélektani munka lehetővé teszi az „újrakezdést”, a világhoz való újfajta viszony kialakítását. Sok tekintetben az emberi kultúra is ezekre az alapvető egzisztenciális kérdésekre (például a végességre) adott lehetséges válaszként értelmezhető.<sup>15</sup> Solomon, Greenberg és Pyszczynski híres „terrormenedzsment”-elmélete<sup>16</sup> is ezen alapul. Azonban a klímaválság olyan helyzetet teremt, melynek nyomán sem annak a világnak a léte nem biztosabbé, amelyhez új viszonyt lehetséges kialakítani a gyász munka során, sem azok az eszközök (kultúra, vallás, tudomány, művészet) nem jelentenek kapaszkodót, amik korábban lehetővé tették az élet értelmességében való hit fenntartását az elkerülhetetlen vég tudata ellenére. (Hiszen a Föld pusztulása magában foglalja a kulturális javak megsemmisülését is.) A szituáció ezért pszichológiailag Robert D. Stolorow szerint leginkább az „apokaliptikus szorongás” kifejezéssel ragadható meg.<sup>17</sup>

A másik felmerülő javaslat a tudomány részéről, hogy a klímaválság pszichológiai következményeinek leggyakrabban felmerülő formáját, a klímaszorongást tegyék a hivatalos diagnosztikai rendszerek, például a már említett DSM részévé új, önálló kategóriaként. A törekvés azonban ellentmondásos következményekkel járhat. Pozitív hozadéka lehet (amire már Roszak is felhívta a figyelmet), hogy a klímaszorongás hivatalos elismerése az akadémiai tudományok által hivatkozási alappá válhat jogi, politikai és társadalmi helyzetekben. Ha bizonyíthatóan a fizikai egészség károsításával jár egy gyár tevékenysége (pl. mérgezés, levegőszennyezés), akkor ennek nyomán hivatalos kezdeményezéseket lehet tenni a helyzet megváltoztatására, ami adott esetben akár sikerre is vezethet. Ha ugyanez a hivatalos alap létezne a mentális/pszichológiai egészség és az emberi tevékenységek (pl. környezetszennyezés) összefüggéseivel kapcsolatban is, az nagyobb hivatalos mozgásteret biztosíthatna a természetkárosítás elleni harcban.

A klímaszorongás klinikai jelenséggé nyilvánítása azonban veszélyeket is rejthet magában. A szorongás önmagában nem kóros jelenség (bár azzá válhat), hanem hozzátartozik az emberi létezéshez.<sup>18</sup> Szembesít bennünket saját határainkkal, éppen ezért szabadságunk és felelősségünk kérdéseivel is.<sup>19</sup> Ha a szorongást vagy annak egy formáját kórosnak, nemkívánatosnak címkézzük, akkor abból az következik, hogy attól minél hamarabb meg kell szabadulni, mert akadályozza az életvezetést, az érzelmileg kiegyensúlyozott mindennapi létezést. Ha a klímaszorongást is ilyennek minősítjük, akkor az nemkívánatossá, megszüntetendővé válik, ami azt eredményezi, hogy az elől a kihívás elől, amit hozzánk intéz, elmenekülünk. Így elszalasztjuk azt a lehetőséget, hogy a szorongás háttérében meghúzódó krízisen való munkálkodás

---

<sup>14</sup> Irvin D. Yalom: *Szemben a nappal. A haláltól való rettegés legyőzése*. Budapest: Park Kiadó, 2018.

<sup>15</sup> Hankiss Elemér: *Az emberi kaland*. Budapest: Helikon, 2014.

<sup>16</sup> Sheldon Solomon, Jeff Greenberg & Tom Pyszczynski: *The Worm at the Core. On the Role of Death in Life*. London: Penguin Books, 2015. A „terrormenedzsment” elgondolás kiindulópontja Ernst Becker *The Denial of Death* (New York: The Free Press, 1973) Pulitzer-díjas munkája volt, amelyben Becker Otto Rank pszichoanalízisét igyekezett integrálni Sören Kierkegaard egzisztencializmusával.

<sup>17</sup> Robert D. Stolorow: *Death, Afterlife, and Doomsday Scenario. Why do we evade the extreme dangers of climate change?* *Psychology Today*, 2013. dec. 1. <https://www.psychologytoday.com/us/blog/feeling-relating-existing/201312/death-afterlife-and-doomsday-scenario>

<sup>18</sup> Fritz Riemann: *A szorongás alapformái*. Budapest: Háttér Kiadó, 2011.

<sup>19</sup> Krékits József: *Határhelyzetek és határterületek*. Budapest: Oriold és Társai Kiadó, 2018.

nyomán megvalósítsunk egy bennünk lehetséges egzisztenciát<sup>20</sup>, és létezéspartnerünké tegyük a természetet ahelyett, hogy kizsákmányolnánk.

A klímaszorongás tehát egzisztenciális jelenség, egy emberi, nagyon is emberi érzelmi reakció, amely „ökológiai tudattalanunkból”<sup>21</sup> ered a természeti környezet pusztulására adott reakcióként. Ezért sokkal inkább megérteni kell, a megértés nyomán pedig valami mássá és jobbá válni, nem pedig azon gondolkodni, hogy bármely más kórképhez hasonlóan hogyan szabadulhatunk meg attól minél hamarabb – bevett pszichotechnikai eszközökkel. Az pedig külön figyelemre méltó, hogy a tudomány egyes képviselői rögtön a szenvedő fél magatartását akarják medikalizálni/pszichiatrizálni, az fel sem merül, hogy vajon nem az-e a „beteg” inkább, aki a szenvedést előidézi vagy fokozza természetkárosító magatartásával vagy a változásokat ellehetetlenítő attitűdjével. Hogy a társalom miért asszisztál ehhez ez utóbbiak hatalomba emelésével, ott tartásával és a hozzájuk való igazodással, az ismételten felveti a „normalitás patológiájának” és a társadalom lehetséges „betegségének” kérdéseit.<sup>22</sup>

Mindezek alapján némileg kérdéses, hogy mi lenne a megfelelő álláspont a pszichológia tudománya számára a jelen szituációban. A kortárs pszichológiát jellemző egyes markáns sajátosságok (szcientizmusra való hajlam az egyik oldalon, popularizálódás és trivializálódás a másikon, eltúlzott pozitivitás) nem könnyítik meg a helyzetet. A „hivatalos”, akadémikus pszichológia igyekszik megfelelni a hatalmi helyzetben lévő pozitívista természettudományok által diktált „kemény” elvárásoknak, amelyek a korábban említettek értelmében könnyen redukcionista, eltárgyasító, mechanikussá teszik az emberhez való viszonyulást (lásd a pszichológiai kérdések átalakulását idegtudományi kérdésekké – például az empátia és tükörneuronok esetét). A mindennapi pszichológia, a „pop-pszichológia” emellett (átvéve és minden bizonnyal még inkább leegyszerűsítve) a népszerű pozitív pszichológia programját és emberképét) az egyén „boldogságkeresésére” fókuszál, amely az elkerülhetetlen és sokszor szükségyszerű szenvedés mielőbbi kiiktatására törekszik. Holott – miként erre már Viktor Frankl is felhívta a figyelmet – a pszichológusnak nem megszüntetnie kell a szenvedést, hanem megtanítania páciensét „helyesen” szenvedni, ami az értelemkereséshez vezető utat jelenti.<sup>23</sup> A pszichológia ezzel a fogyasztói társadalom (egyések szerint a „boldogságipar”)<sup>24</sup> részévé vált, és az emancipáció (felszabadítás) helyett immár a technikai és gyakorlati „megismerés-érdekeit” követi.<sup>25</sup>

Kérdéses tehát, hogy az akadémiai és a pop-pszichológiák által képviselt, a mainstreamet meghatározó szemlélet (szcientizmus, hedonizmus) alkalmas-e a megváltozott, fenyegető helyzet adekvát kezelésére lélektani szempontból. Amellett, hogy természetesen az összes lehetséges megközelítés tapasztalatára és tudására szükség van, és semmilyen irányzatot nem célszerű kizárni a küzdelemből, a

<sup>20</sup> Csürke József: A lélektani krízis szerepe az egzisztenciaváltozásban. In: Kóváry Zoltán (szerk.): *Egzisztenciális pszichológia egykor és ma*. Budapest: Oriold és Társai Kiadó, 2019, 317-331.

<sup>21</sup> Lásd Theodore Roszak: „Ahol Psyché és Gaia találkozik” című tanulmányát jelen számunkban.

<sup>22</sup> Erich Fromm (1955): *Utak egy egészséges társadalom felé*. Budapest: Napvilág Kiadó, 2010.

<sup>23</sup> Viktor E. Frankl: *A szenvedő ember*. Budapest: Jel Kiadó, 2012.

<sup>24</sup> Fáber Ágoston: A pozitív pszichológia diszkrét bája. *Új Egyenlőség*, 2019. máj. 5. <http://ujegyenloseg.hu/a-pozitiv-pszichologia-indiszkret-baja>

<sup>25</sup> Jürgen Habermas: *Megismerés és érdek*. Pécs: Jelenkor, 2005.

paradigmaváltás elkerülhetetlen. Olyan humán tudományos pszichológiára<sup>26</sup> van ugyanis szükség, amely nem a határszituációkból (pl. szenvedés) való gyors meneküléshez nyújt technikai segítséget – amelynek következtében az egyén ugyan „boldogabbnak” érezheti magát, de elveszti a lehetőséget, hogy autentikusabb és felelősségteljesebb viszonya alakuljon ki önmagához (*Eigenwelt*), másokhoz (*Mitwelt*) és a természeti világhoz (*Umwelt*). Az ilyen pszichológia és pszichoterápia ugyanis hozzásegítheti „az egyént az alkalmazkodáshoz és a boldogsághoz”, de azon az áron, hogy „elveszti a létezését”.<sup>27</sup> Az alternatív megközelítéshez nem kell gyökeresen új irányzatot feltalálni, hanem vissza kell nyúlni a mélylélektanok és az egzisztenciális pszichológiák hagyományaihoz, amelyek az ehhez szükséges elméleti és gyakorlati tudást egyszer már kialakították, csak mivel kevésbé illettek a fogyasztás és a késő-kapitalizmus „szép új világához” és technikai létmódjához, javarészt felejtésre lettek ítélve.

Az ökológiai szempontokat figyelembe vevő régi-új megközelítés egy újabb lépcsőfokot jelenthetne a (pszichológiai) gondolkodás fejlődésében. A klasszikus pszichoanalízis a 20. század elején az individuumot zárt rendszerként képzelte el, vagyis azt feltételezte, hogy az ember lelki élete megérthető az *Eigenwelt* világára korlátozva. Stolorow és Atwood szerint ez a felfogás „az izolált psziché mítoszá”, egy kartéziánus feltevésen alapult.<sup>28</sup> Azt, hogy az emberi létezés (így a pszichológiai létezés is) alapvetően együtt-lét, először valószínűleg Heidegger jelentette ki<sup>29</sup>, és Stolorowék többek közt az ő fenomenológiája és hermeneutikája nyomán alakították ki radikális „posztkartéziánus”, interszjektivistista felfogásukat. Időközben a kapcsolati paradigma általánosan elterjedt lett a pszichoanalízisben<sup>30</sup> és a személyiségpszichológiában is;<sup>31</sup> ezzel az *Eigenwelt* és a *Mitwelt* közé húzott mesterséges határ feloldódott, és a pszichológia közelebb került az emberi pszichikum valódi természetének megértéséhez. (Kivételt képeznek ez alól az idegtudományoktól és agykutatástól sokat váró kortárs irányzatok, például a neuropszichoanalízis, amely továbbra is az „izolált psziché mítoszá”, ezen belül pedig a kartéziánus materializmus ismeretelméleti pozícióját<sup>32</sup> részesíti előnyben.) A következő lépést a lélektani gondolkodásban az ökológiai szemlélet bevezetése jelentheti, amikor végre az *Umwelt* is elnyerné az őt megillető helyet az ember pszichológiájában. Ennek a lépésnek kiváló példája Tóth-Varga Violetta és Düll Andrea számunkban megjelenő cikke, amely a környezet meghatározó szerepét vizsgálja a csecsemő korai személyiségfejlődésében.

<sup>26</sup> Kóváry Zoltán: Humán tudományos pszichológiát! *Új Egyenlőség*, 2018. márc. 13.

<http://ujegyenloseg.hu/human-tudomanyos-pszichologia>

<sup>27</sup> Rollo May: Az egzisztencialista pszichológia felbukkanása. In: Kóváry Zoltán (szerk.): *Egzisztenciális pszichológia egykor és ma*. Budapest: Oriold és Társai Kiadó, 2019, 21.

<sup>28</sup> Robert D. Stolorow – George E. Atwood: *Contexts of Being. The Intersubjective Foundations of Psychological Life*. Hillsdale, NJ: The Analytic Press, 1992.

<sup>29</sup> Martin Heidegger (1927): *Lét és idő*. Budapest: Osiris, 2007.

<sup>30</sup> Indries Krisztián: Hangsúlyeltolódások napjaink pszichoanalízisében. Paradigmaváltás a pszichoanalízisben? *Thalassa*, Különszám Erős Ferenc 60. születésnapjára. 2006, 60: 107-115.

<sup>31</sup> Shan Gusinger – Sidney J. Blatt: Individualitás és kapcsolódás. Egy alapvető dialektika evolúciója. In: V. Komlós Annamária – Nagy János (szerk.): *Énelméletek. Személyiség és egészség*. Budapest: ELTE Eötvös Kiadó, 2003, 176-191.

<sup>32</sup> Lásd például Saun Gallagher – Dan Zahavi: *A fenomenológiai elme*. Budapest: Lélekben Otthon Kiadó, 2008.

Ez nem csupán tudományos szempontból lenne kifizetődő. Természetesnek vesszük, mondja Roszak, hogy személyes és társas világunk énkörhöz tartozik. Miért ne tarthatnánk természetesen azt, hogy az *Umwelt* is énkör részét képezi? Az én, idézi Freudot Roszak, a fejlődés kezdetén az egész világot tartalmazza, és csak egy tanulási folyamat eredményeképpen alakulnak ki azok a szilárdnak érzett határok, amelyek köztünk és a külvilág közt feszülnek. Ezek a határok azonban részben kulturális eredetűek, és nem feltétlenül kell ott húzódnunk, ahova a jelenlegi kultúrfokon húzzuk azokat. Mit veszítünk azzal, ha újradefiniáljuk magunkat, és énkör határait kitágítjuk az *Umwelt* irányába is? (Vagyis, Freudot parafrázálva: az én legyen ott, ahol korábban az ökológiai tudattalan volt.) Nyerni biztosan nyerünk, hiszen ha a másik kettő (az *Eigenwelt* és a *Mitwelt*) iránt érzett feltétlen szeretetünket és gondoskodásunkat kiterjesztjük a természetre is, annak eredménye az iránta érzett spontán hűség, ugyanaz, mint amit önmagunk és szeretteink iránt érzünk. A természet védelmére és az iránta érzett aggodalomra tehát nem riogatással és büntudatkeltéssel kell rávenni az embert, hanem el kell juttatni abba az érettségi állapotba, hogy ez a gondoskodás a természet irányába is olyan magától értetődő legyen, ahogyan az ember önmagát, a saját gyereket vagy az országát szereti. Ez jóval egészségesebb emberi mentalitást jelentene, ezért is utaltak könyvünk alcímében (*Restoring the Earth – Healing the Mind*) Roszakék arra, hogy a természet majdani remélt helyreállítása nem képzelhető el az ember „gyógyítása” nélkül.

Az *Imágó Budapest* szerkesztősége jelen, *Ökológia és pszichoanalízis* című számának összeállításával kíván részt venni ebben a folyamatban. A szövegek összeválogatásával igyekeztünk reflektálni az ökopszichológia és az ökopszichoanalízis alakulásának egyes stádiumaira. Számunkat az amerikai pszichoanalitikus *Harold Searles* 1972-ben publikált, azóta is sokat idézett, kiindulópontnak számító „A környezeti válsághoz kapcsolódó tudattalan folyamatok” című írásával kezdjük, amelyben a szerző a klasszikus freudi és a kleini tárgykapcsolati pszichoanalízis koncepcióit hívja segítségül annak érdekében, hogy megvilágítson egyes, például természetkárosításhoz vezető pszichodinamikai mozzanatokat. Ezt követi *Theodore Roszak* „Ahol Psyché és Gaia találkozik” című szövege, amely az 1995-ös *Ecopsychology* című könyv egyik felvezető fejezete. Roszak itt fejtette ki azokat a gondolatait, amelyből bőségesen idéztünk ebben a bevezetésben is – például az ökológiai és környezetvédelmi mozgalmak és a pszichológia szükséges kölcsönhatásáról, vagy az ökológiai tudattalannal. Roszak ugyan kritikusan viszonyul a pszichoanalízishez, de több alkalommal fontos kiindulópontként alkalmazza a megkerülhetetlen freudi tételeket, az ökológiai tudattalan fogalmával pedig tovább árnyalja a tudattalannal kapcsolatos ismereteinket. *Joseph Dodds* az ökopszichoanalízis kortárs, „újhullámos” irányzatának képviselője, angol pszichoanalitikus, az University of New York in Prague oktatója, 2019 nyarán előadott a budapesti pszichoanalitikus nyári egyetemen is, így személyes ismerősünk. A klímaszorongásról és elhárításról szóló munkája *Psychoanalysis and Ecology at the Edge of Chaos* (Routledge, 2011) című nagyszerű könyvéből való. A fejezet fordításának megjelenését a Routledge kiadó nagylelkű támogatása tette lehetővé. Az ebben a bevezetőben többször is idézett *Robert D. Stolorow* írásaival már többször találkozhattak olvasóink, köszönhetően a vele ápolt személyes kapcsolatunknak.

Stolorow újabb írásaiban a „posztkartézianus pszichoanalízist” és az egzisztenciál-fenomenológiai megközelítést integrálja, különös tekintettel Heidegger gondolataira. Jelen munkájában Heidegger „lakozás” fogalmát gondolja tovább a klímaválság kontextusában, és jut el az „érzelmi lakozás” fogalmáig. (Megjegyezzük, hogy a gondolat közel áll Roszak fentebb említett felfogásához, miszerint az érzelmi elkötelezettség kiterjesztése az *Umweltre* alapvető cél az ökológiai krízissel való lélektani megküzdés során.) *Federmayer Éva* cikke – amelyben a szerző többször is utal másik szerzőnk, Joseph Dodds említett könyvére – egy ez idáig nem említett fontos dimenzióra, az immár fél évszázada aktív ökofeminizmus jelentőségére hívja fel a figyelmet, amelynek általa részletesen bemutatott nézőpontjai szerinte sokban hozzájárulhatnak az ökológiai-társadalmi összeomlás elkerüléséhez. Összeállításunkat *Tóth-Varga Violetta*nak és Magyarország vezető környezetpszichológusának, *Düll Andreának* a közös angol nyelvű cikke zárja, amely – ahogy azt már fentebb említettük – úttörő jellegű vállalkozás: a pszichoanalitikus csecsemőmegfigyelés és a környezetpszichológia elveit igyekszik szintetizálni egy kvalitatív kutatás kontextusában.

Bár Greta Thunberg azt nyilatkozta, hogy idén lényegében nem sok kézzelfogható történt a világban a klímavédelem területén, annyi bizonyos, hogy ebben az évben elindult valami: közelebb kerültünk az ökotudatossághoz, egyre több a kezdeményezés, az akció, az emberek elkezdtek egy új szinten gondolkodni és beszélgetni egymással a válság kapcsán. Ez a jövőben – ha csak részben is, de – segítheti az embert kimozdítani a heideggeri „létfeladás” állapotából. Egyre komolyabbá válhat a pszichológia ebben betöltött szerepe is: jelen sorok írója nyár óta tucatnyi rendezvényre kapott meghívást egy internetes cikk nyomán<sup>33</sup>, amelyeken aktív és kezdeményező módon részt vettek a WWF, a Greenpeace, a Fridays for Future és az Extinction Rebellion képviselői és aktivistái. Számtalan cikk és interjú jelent meg a témában, és megalakult egy klímaszorongás kutatócsoport az Eötvös Loránd Tudományegyetemen. Az *Imágó Budapest* mostani száma az első tudományos igényű pszichológiai összeállítás Magyarországon, amely az ökológiai válság és a lélektan kapcsolódási területeivel foglalkozik. Reméljük, hogy a szövegek gondolatébresztően hatnak majd, és további aktivitásra serkentik a szakembereket és a mindennapok emberét is. Hiszen (ezúttal Heideggert parafrázálva) a jelen helyzetre sokszorosan érvényes, hogy „önnön létünkre megy ki a játék”. Az időnk pedig rohamosan fogy.

Budapest, 2019. december 24.

*Kőváry Zoltán*

---

<sup>33</sup> Kőváry Zoltán: A végső határ – klímaszorongás, öko-gyász és az emberi egzisztencia. *Mindset Pszichológia*, 2019. júl. 24. <https://mindsetpszichologia.hu/2019/07/24/a-vegso-hatar-klimaszorongas-oko-gyasz-es-az-emberi-egzisztencia/>