



## **Fehér Pálma Virág – Kövesdi Andrea – Szemerey Márton (szerk.): *Testképek a társadalomban***

Budapest: L'Harmattan Kiadó, 2023, 346 oldal.

A Károli Könyvek sorozatban jelent meg a *Testképek* sorozat második kötete *Testképek a társadalomban* címmel.<sup>1</sup> A négy tematikus blokkban a testkép pszichoanalitikus fogalmi megalapozásától interdiszciplináris utakon jutunk a testi metaforákon és a „politikai testen” át természetes környezetünkig, illetve a koronavírussal kapcsolatos kutatási eredmények bemutatásáig.

Szemerey Márton bevezető tanulmánya Paul Schilder munkájából indul ki, itt a hangsúly a társadalmi vonatkozások jelentésén van. Nagyívű, kiterjedt szakirodalmi háttérrel vezeti végig az olvasót a szerző a test szociális reprezentációjáig. A tanulmány fontos mondanivalója a testkép és a társas élményvilág kölcsönhatásának hangsúlyozása.

Az első blokk (*Testképek napjaink társadalmában*) első tanulmányában Fehér Pálma Virág a művészi testábrázolás élményvilágát tárgyalja néhány klasszikus (pl. Caravaggio, Renoir, Schiele, Modigliani) nyomán. Ismert, hogy a testábrázolás kitüntetett témája az arc. Paul-Albert Besnard francia festő így ír az arcokkal kapcsolatos természetes hozzáállásunkról: „Egészen bizonyos, hogy az ember önmagát szereti leginkább a természetben. Innen van, hogy mindenféle műfaj közt az arckép állja leginkább az idő és az esztétikusok pusztító támadásait.” Csakhogy a klasszikus „széphez” képest, amint Martin Schuster is megállapítja, „ma már nem követelmény az ábrázolás szépsége”, és rövid az út az erőszakos testábrázolásig (példa erre Hermann Nitsch művészete) és a bizonytalanság érzésének képi/testi kifejezéséig.

Amint Nyitrai Erika tanulmányában is látjuk, a menstruációval kapcsolatos ismeretek, viszonyulások sem csupán testi tapasztalatok: szerepük nyilvánvaló a női identitás alakulásában a társadalomban, egyben tolatkozó példái a test tárgyiasításnak, amely aztán elvezethet akár a szoptatással kapcsolatos negatív viszonyulásig vagy a szexualitáshoz fűződő diszkomfort érzésig.

Forgács Attila „Fogyókultúrákultusz” című tanulmányában részletes történelmi áttekintést kapunk a jelen világ mindenáron elérendő céljának sokszor agresszív médianyomással nyomatékosított fogyókúraipari trendjeiről. A szerző szerint az

<sup>1</sup> Az első kötet: Fehér Pálma Virág – Kövesdi Andrea – Szemerey Márton (szerk.): *Testképek a gyógyításban. A test mint eszköz és referenciapont*. Budapest: L'Harmattan, 2019.

orvostudomány nem tudja felvenni a versenyt a marketingcégekkel. Ennek egyik oka, hogy az előbbi ugyan bizonyítékokon alapuló tényekre fókuszál, de a marketing a hiten alapul, az érzelmekre apellál. Az aktuális lelemény a posztmodern „kövérségtudomány”. Ugyan az orvostudomány szerint az elhízás kóros állapot, de ezen megközelítés szerint ez nem igaz, csupán a nem túlsúlyosak medikalizálnak egy olyan testi állapotot, amely éppúgy egészséges, mint a normális testsúly. Az sem lehet véletlen, hogy ma egyre inkább azt tartják, hogy legyél inkább *fat* (túlsúlyos) és *fit* (edzett), mint *unfat* (nem túlsúlyos) és *unfit* (edzetlen)! A fejezet számos képi illusztrációval és idézettel kifejezetten élvezetes olvasmány.

A második blokk (A testkép archetipikus, vizuális és képzeleti vonatkozásai) indító tanulmányának (Kövesdi Andrea) korábban kevésbé kutatott témája a jungi archetipusok és a testkép összefüggéseinek bemutatása. Most „kívülről haladunk belülré”, a lelki apparátus transzformációs mechanizmusai segítségével. Ennek ismert útja az individuációs folyamat során az, hogy az archetipusok szimbolikus megjelenései egyéni értelmezést nyerő és segítő funkcióval útjelzők lesznek. A személy a testképeznek megfelelően alakítja cselekvésének szabályozását, míg a személyiség természete testi aktivitásában, cselekvéseiben tükröződik. A fejezet igen részletesen foglalkozik a női archetipus különböző aspektusaival, az archetipusok megjelenésével a mítoszokban, mesékben. Fejlődéslélektani vonatkozásokban több szerző elképzeléseinek szintézisét olvashatjuk, végül a szerző kitér a kognitív nyelvészet embodiment fogalmára, melynek kitüntetett szerepe van a tudattalan és tudatos tartalmak összehangolásában.

Boros-Takács Hilda „A női tárgyiasított testtudat archetipikus vonatkozásai” című tanulmánya olyan fogalmakat tárgyal, mint például a testfelügyelet, azaz egyfajta megbizonyosodás afelől, hogy a test megfelel-e a kulturális sztenderdeknek, ami ily módon az önelfogadás forrása. Nem véletlen, hogy ez a kritikus szűrő számos pszichés rendellenességek és a kozmetikai (szépészeti) sebészeti beavatkozások jelentős növekedésének a forrása. Sajnálatos, hogy a korábban említett archetipikus források kevésbé hatékonyak az illúzió és a realitás közötti szakadékok áthidalására és a belső űr kitöltése (vagy inkább *betöltése*) átmenetileg étel, alkohol segítségével történik. A fejezet fontos gondolata az archetipusos nőiség háttérbe szorulása.

Pukánszky Judit témája a közösségi média (Facebook, Instagram, TikTok) használata és a testideálok kapcsolatának taglalása. Könnyű belátni, hogy a testideál alakulására e források óriási hatást gyakorolnak a leginkább érintett serdülők és fiatal felnőttek (16-24 év) körében. Számos nemzetközi és hazai kutatási eredmény igazolja az internetes források, a társas nyomás jelentős hatását az ideális megjelenésre. A „thinspiration” (kb. „legyél vékony”) jelszó, mely a kutatások szerint negatívan hat a testképre (depresszió, önsértés, szuicid ideációk forrása lehet), emellett nem sok jót ígér a „fitspiraton” (kb. „legyél edzett”) üzenet sem, mely normalizálja a kényszeres testedzést, az evéssel való túlzott foglalkozást. A fejezet megnyugtató megállapítása, hogy „a pozitív testkép, mely magában foglalja a saját testre irányuló szeretetet, tiszteletet, elfogadást és megbecsülést, védőfaktort jelenthet a testi megjelenést hangsúlyozó médiatartalmakkal szemben”.

Szemerey Márton következő tanulmányának témája a testkép változása skizofrénia, pszichózis és elalvás során. Régóta ismert, hogy súlyos lelki zavarok testképmódosulással, -torzulással járnak. A fejezetben számos szerző felosztása olvasható a testképzavarokról. Mára 37(!) kategóriát sikerült találni. Freud korai feltevése szerint a pszichotikus állapot kialakulása a libidó környező világból történő visszavonásával magyarázható, mely során a személy elveszíti a kapcsolatát a külvilággal. Lacan a „tükör-stádium” modelljében fejti ki a pszichotikus állapot ősi archaikus élményeinek visszatérését, a „libidó beözönlését a testbe”. Schilder a freudi nárcisztikus regressziót nem csak pre-, hanem posztnárcisztikus regressziós fixációkkal egészítette ki. A fenomenológiai irányzat a bazális szelf működési zavarát hangsúlyozza a skizofrénia tüneteiben: a testélmény normál esetben periférián levő elemei elárasztják a tudatot. Újabb felfogás szerint a testsémához tartozó motoros intencionális rendszer automatikus, észrevétlen működésének megszűnése hiperreflexiót vált ki. Ez azt jelenti, hogy a normál esetben a figyelmi küszöböt el sem érő tartalmak intenzív önmegfigyelés tárgyai lesznek. A fejezet következő része az elalvás során megjelenő testképváltozásokkal foglalkozik. Közös élményeink lehetnek az elalvás hipnagóg fázisában megjelenő intenzív vizuális képek és testi-motoros reakciók. Federn részletesen írta le tapasztalatait az elalvás regressziója során megélt testi szenzációkat (gyakori, hogy a test valamelyik irányba elveszíti a körvonalait, helyette a személy mozgást érez ebbe az irányba).

A kötet harmadik blokkjának (A testkép mint a társadalom metaforája) első tanulmánya, ugyancsak Szemerey Márton tollából, a „politikai test”-tel foglalkozik, a „nemzettest”, néptest, nemzeti test fogalmakkal vezeti fel témáját, és bemutatja, hogyan kapcsolható mindez az emberi testhez. Ebben egy 15. századi leírás is segít. Eszerint a fej a herceg; a karok, kezek a lovagok, nemesek; míg a has, láb, lábfejek a többi fajta (sic!) ember. Gazdag irodalma van a társadalom testi metaforáinak is: például a lázadás betegség, s ha ez polgárháborúba torkollik, az maga a halál. A számos példával illusztrált fejezet fő célja egy társadalom működésének bemutatása, a politikai test a szerző szerint „látszattestkép”, de hatása mindenképpen figyelmet érdemel.

Az ember és a természet viszonyának sajátos látásmódját mutatja a következő tanulmány a Kiszely Károly és Fehér Pálma Virág szerzőpárostól, azzal a felütéssel, hogy a mai világkép tudománytalan és nárcisztikus. Illusztrálja ezt egy példa: folyókat szabályozunk, szembe menve a természet szabályaival. A Gaia-elmélet lényege, hogy a Föld élőlények közösségét az élettelen környezettel összefüggésben egyetlen nagy összefüggő szervezetként, élő testként kell látnunk. Igaz, ez a gondolat csupán az 1970-es évek szülötte, de például a Kárpát-medence középkori(!) csatornahálózata – mint az emberi érhálózat – sikeres kiegyensúlyozó hatással bírt az éghajlati kilengésekre. Meggondolandó állításokat sorol fel a fejezet az éghajlatváltozással kapcsolatban: nem emberi tényező okozza, annak földtani, csillagászati oka van. Az emberi tényező abban érhető tetten, hogy nem hagyjuk, hogy a bioszféra kiegyenlítő hatásai érvényesüljenek, nincs külön széndioxid, környezet és klíma.

Báder László „Az élő táj egészsége” című tanulmánya folytatása az előzőnek, de már a címben is programot ad: el kell/ene jutni a klímaszorongástól a teremtő cselekvésig. Az emberi mohóság korából vissza kell térni a természethez, írja a szerző.

Az élet fő feladata a kiegyensúlyozott környezet biztosítása, ezt a víz körforgására épülő hőkiegyenlítő rendszere, a zárt növénytakaró együttese, az erdő, úgy is, mint a „Föld ruhája” hivatott szabályozni. Ezt bőséges szakirodalmi példával illusztrálja a szerző.

Az utolsó blokk (Koronavírus, test, társadalom) a koronavírus témáját járja körül Fehér Pálma Virág, Kövesdi Andrea és Szemerey Márton sokkoló című tanulmányával („A korona-időszámítás aktuális kérdései”) és az erre adott reflexiókkal (Fülöp Márta, Jakubovits Edit, Lantos Zoltán Tibor, Szíjjártó László). Egy tüsszentés, (kis) hőemelkedés, levertség, s a test lett a védtelenség, kiszolgáltatottság, a kontroll elvesztésének színtere, a veszélyeztetettség mellett a társtalanság hordozója. A kijárási korlátozás miatt az online társas érintkezés lett az élménymegosztás színtere, a jó érzelemszabályozás, a rugalmas alkalmazkodás közös iskolája. A hozzászólók a váratlanság témája kapcsán azt ajánlják, hogy tanuljunk meg együtt élni a bizonytalansággal; másfelől azt, hogy a támogató környezet, az érzések kifejezhetősége, a belső támasz képzelet poszttraumás növekedéshez vezethet. A törzsi tánc hozzászólás (Jakubovits Edit) katartikus hatású. Tény, hogy a koronavírus időszámítással új kor kezdődött, amire nem voltunk felkészülve, a járványkezelés mutatta meg az egyes országok egészségügyi ellátásának állapotát. A mentálhigiéné alapfogalmai: a társas támogatás, érintés, a hála gyakorlása, jótekönyködés, önkéntesség az egészségünk karbantartásának elsődleges eszközei. Mondhatjuk azt, hogy a koronavírus a maga kegyetlenségével jó lecke volt a túlélőknek, kitettség, hogy sikeresebben éljünk túl egy újabb bizonytalan időszakot!?

A tanulmánykötet fontos olvasmány a pszichológia alap- és mesterképzés hallgatói, a segítő szakmák képviselői, de minden kíváncsi és önzetlen cselekedetet gyakorló ember számára. A könyv nagy érdeme témájának szokatlanul kiterjedt látásmódú megközelítése mellett élvezetes stílusa. Egy tárgy- és névmutató még emelte volna a kötet vitathatatlan érdemeit.

*Révész György*