



Ferenczi Sándor

Lelki betegségek gyógyításáról*

Az orvosi tudományt mindmostanáig inkább csak a testi oldalról fenyegető egészségháborítások érdekelték. A szellemi és kedélyi elváltozások okait is elsősorban az agy megbetegedésében keresték. De igen sok olyan lelkiállapot van, melynek okát hiába kutatták így, sem szabad szemmel, [sem] nagyítóüveggel nem leltek semmi magyarázatot az agyvelőben. Ellenben nagyon sokszor az derült ki alaposabb kikérdezésnél, hogy ezek a kedélybántalmak pusztán lelki ártalmasságok hatása alatt fejlődtek ki. Azt már azelőtt is tapasztalták, hogy ijedtség, gyász, nyomasztó gondok, sőt néha váratlan öröm is okozhatnak beteges tüneteket, amelyek egy időre megmaradnak azután is, hogy a bántó vagy izgató körülmény elmúlt. Újabb kutatások kimutatták, hogy az *ilyen ártalmak főleg akkor hagynak hátra nyomot, ha a velük járó indulat átélése külső vagy belső akadályba ütközik*. Például ha valakit önérzetében mélyen megsértenek, de ő bántódása feletti felháborodásának tettel vagy szóban kifejezést adhat, kevésbé van kitéve annak, hogy ebbe belebetegedjen, mint az, akivel, mondjuk főnöke bánik igazságtalanul, és így az ellentmondást vagy éppen a fellázadás jeleit el kellett fojtania.

A közkeletű szójárás „idegesnek” azt az embert nevezi, aki könnyen felizgul, könnyen megharagszik, akit könnyen ki lehet hozni sodrából; pedig az ilyen távolról sem szenved annyit és talán kevésbé is hajlik komolyabb kedélyelváltozásra, mint az, akit életfelfogása arra készíten, hogy a lelki háborgásait belül, önmagában intézze el, anélkül, hogy azoknak külső jelét adná. Ilyen körülmények között annál nagyobb a kedélybetegségre való hajlandóság, minél nagyobb a lélekre nehezedő nyomás és minél nagyobb az érzékenység, amelynek a falait el kell fojtani. Sokkal nehezebb lenne az olyan esetek lelki kórokait kutatni, amelyekben a szenvedő fél észre sem veszi, hogy szenved: egész magától értetődően, kötelességszerűen, sőt örömmel teljesíti a rá rótt feladatokat, hozza meg a legnehezebb áldozatokat, viseli el a legnagyobb nélkülözéseket, és nem is sejti, hogy életmódja ellen valami tiltakozik benne. Ilyenkor azt mondjuk, hogy ellentétes lelki erők tusakodnak benne öntudatlanul

* *Ujság* (1926. augusztus 24.), 2(190): 8.

A cikk jegyzetekkel ellátva megjelenés előtt áll a Ferenczi kritikai kiadás sorozat részeként: *Ferenczi Sándor összes művei, 5. kötet. Ősi folyamatok, terápiás technikák, 1924–1927*. Szerk. és s. a. r. Bókay Antal, Harmatta János. Budapest: Oriold és Társai.

vagy tudattalanul, s e hangtalan tusának sokszor betegség az eredménye. Ilyen esetekben nem használ semmit, ha a betegnek a körülményein próbálunk változtatni, hiszen az ellen ő maga tiltakoznék legélénkebben, és tagadná tanácsunk indokoltságát. Itt előbb hosszas és türelmes kutatással, amelynek ma már meglehetősen kifejlett módszerei vannak, rá kell jönnünk és rá kell vezetnünk a páciensre arra, mi is az, ami őt belül bántja; csak azután jöhet szóba az a másik kérdés, lehet-e és hogyan a helyzetet változtatni. Az ilyen eljárás még akkor is sokat használhat, ha akár a külső viszonyok, akár belső, például lelkiismereti okok nem engedik meg, hogy a beteg a terhein könnyítsen. Már maga az, hogy tisztába jön önmagával, hogy jobban megismerkedik a benne végbemenő indulatok irányával és erejével, felszabadítóan hathat. Könnyebb az olyan tüneteket lelki erővel fékentartani, amelyeknek okaival tisztában vagyunk; az ismeretlen okú lelki rezdülésekkel ellenben sokkal nehezebb boldogulni. *Egy másik előnye az ilyen beszélgetéseknek az a megnyugtató hatás, amelyet az kelt, hogy a megértő és szakértő orvos előtt kiöntheti a beteg a szívét.* Ilyenfajta megkönnyebbülést már az is hoz, ha a barátjának vagy papjának gyónja meg valaki mindazt, ami a lelkét nyomja. De az orvosi gyónás, amelyet *lélekelemzésnek* neveznek, nem pusztán vallomás: hiszen az orvosnak legtöbbször megának kell rájönnie arra, hogy a kedélyben valami nyugtalanság lappang, és neki kell a beteget rávezetni arra, hogy mi az, ami bántja. Sok kínzó idegállapotot lehet ma már ezzel a módszerrel meggyógyítani. Elsősorban az úgynevezett *hisztériát*, mely vagy indokolatlan szorongási, félelmi állapotokon, vagy görcsökben, testileg nem indokolt mozgási és érzési zavarokban nyilvánul meg, továbbá az úgynevezett *kényszerbetegséget*, amelynek [sic] egyes értelmetlen gondolatok állandóan vagy gyakran ismétlődve, ok nélkül kínoznak valakit, vagy valamiféle oktalan cselekvésre való kísértés minduntalan felöltik. Kedvező eredménnyel gyógyítja a lélekelemzés sokszor az *alkoholizmust*, morfinizmust is, nem pusztán a leszoktatás erőltetésével, hanem főleg azzal, hogy felkutatja és közömbösíti azokat a lelki okokat, amelyek a bódítószerek használatát tulajdonképpen előidézik. Lelki konfliktusok okozzák és lélekelemzés gyógyíthatja meg a *szexuális élet* számos működési zavarát is.

De a lelki gyógyítás módszerének egyéb haszna, mondhatnók, tanulsága is van. Azáltal, hogy felderíti, milyen ártalmak idéznek elő lelki bántalmakat, *utat mutat a neveléstannak is arra, hogyan kell úgy bánni a fejlődő emberrel, hogy a megbetegedés kilátásai lehetőleg csökkenjenek.* De sokban fejlesztette már a lélekelemző kutatás a lelki életről való tudásunkat is, vagyis a lélektant, s közvetve azokat a tudományokat, amelyek az emberi lélek egyik vagy másik oldalával foglalkoznak, így a néplélektant, a társadalomtan lelki vonatkozásait, a büntettesek lélektanát, sőt a művészeti hatások megértéseit is. A Magyarországi Pszichoanalitikai Egyesület titkára útján (Hermann Imre dr., Budapest, IV., Mária Valéria utca 10. III.) szívesen ad felvilágosítást azoknak, kik e tárgykör iránt behatóbban akarnak érdeklődni. Egy nemes emberbarát révén Budapesten lélekelemző klinika felállítása volt kilátásban, ennek a létesítése sajnos egyelőre bürokratikus akadályokba ütközik.