



Ken Robinson

„Csak kissé és késve”: a gyász tapasztalata¹

„Vajon a sok tapasztalat közül, amelyeket hallunk, látunk és érzünk életünk során, miért éppen azok a bizonyos érzelemmel telített képek térnek vissza újra meg újra? Miért nem mások? Egy bizonyos madár dala, egy bizonyos hal felugrása adott időben és adott helyen, egy virág illata, egy öreg hölgy a német hegyi ösvényen. A nyitva maradt ablakon át megpillantunk az éjben hat kártyázó útonállót, akik egy francia vasúti elágazás melletti bakterházban ülnek az asztalnál, a vízimalom szomszédságában: az ilyen emlékeknek talán szimbolikus jelentőségük is van, de hogy micsoda, azt nem tudjuk megállapítani. Hiszen azért térnek vissza, hogy a beláthatatlan mélységbe kukucskálás élményére emlékeztessenek.”

(Eliot, 1933/1964, 148.)

Ez a T. S. Eliot idézet újra és újra ott visszhangzik a fejemben jónéhány éve, mint ahogy Dryden versének kezdő sorai is – melyekből a címben található utalást vettem. John Dryden költőtársát és barátját, John Oldhamet búcsúztatta ezzel az elégiával, aki 1683-ban halt meg:

„Kit csak kissé és késve ismerek,
enyémnek tudtalak, isten veled!”

(Dryden, 1683/1986, 612. Ferencz Győző fordítása²)

Szándékom szerint bepillantunk e szöveg mélységeibe – mindemellett igyekszem bemutatni ezen mélység beláthatatlanságát is.

Dryden a gyászoló ember nagyon általános tapasztalatát írja le: bárcsak több időt tölthetünk volna elvesztett szerettünkkel, még annyi mindent lehetett volna elmondani, megtudni. Ezek az érzések nem feltétlenül függenek össze azzal, hogy az elhunyt személyt milyen régóta ismerjük. A rövid életű, „gyerekkorú” kapcsolatok mellett akár a hosszútávú, egész életen át tartó kapcsolatokat is gyászolhatjuk így. Sőt,

¹ Az írás egy korábbi változata 2018-ban előadásként elhangzott Varsóban a Lengyel Pszichoanalitikus Pszichoterápiás Társaságban és a londoni 52 Clubban.

² Az eredeti verssorok: „Farewell, too little and too lately known, / Whom I began to think and call my own;”

ezt az élményt az sem befolyásolja, hogy volt-e lehetőségünk elbúcsúzni halála előtt az illetőtől.

A „csak kissé és késve” gyász-tapasztalatot *többrétegű jelenségként* értelmezem. Egy klinikai eset bemutatásával illusztrálom, mire is gondolok, amikor a gyász számos rétegének egymásra vetüléséről beszélek – legalábbis igyekszem bemutatni néhányat közülük. Beatrice negyvenes éveinek közepén jár, jól képzett szakember, és több éve jár hozzám analízisbe. Nem sokkal az analízis kezdete előtt halt meg az édesanyja, így ő egy elhúzódó gyász felhője alatt élt éveken át. Évek teltek el, mire elkezdett egyáltalán gyászolni. Az édesapja Beatrice ötéves korában halt meg, és az ő halálát nem lehetett elgyászolni, sem akkor, sem később. Beatrice édesanyja fiatal nőként elhagyta szülőházát, hogy férjhez menjen Beatrice édesapjához Észak-Angliában. Az anya az iparban épített sikeres karriert, amit Beatrice születése után félretett, nem sokkal ezután pedig Beatrice édesapját gyógyíthatatlan rákkal diagnosztizálták. Férje elzárta előle betegségét, de amikor Beatrice kétéves lett, állapota nagyon leromlott, és az anya férje gondozásának szentelte életét egészen annak haláláig. Hogy még rosszabb legyen a helyzet, az apa játékszenvedélyét is eltitkolta a családjá elől, amely halála idejére a csőd szélére vitte. Így hát Beatrice édesanyja egyszerre csak ott találta magát egy fillér nélkül, a hazája nélkül egy idegen országban – súlyos depresszióba esett, és képtelen volt elismerni a halott férje hiányosságait, hibáit, képtelen volt elgyászolni őt. Beatrice pedig már ötévesen belekerült az anyját gondozó szerepbe. Ahogyan azzal már Freud is tisztában volt, ilyen körülmények között „nemritkán megesik, hogy azt, aki életben marad, gyötrelmes aggodalmak lepik meg, melyet mi »kényszer szemrehányásnak«³ nevezünk: vajon nem hibás-e vigyázatlansága vagy hanyagsága miatt a szeretett lény halála bekövetkezésben”. (Freud, 1913/2011, 66.) Ez alól Beatrice sem volt kivétel: úgy érezte, ha ügyesebben szórakoztatta volna az apukáját, akkor talán nem halt volna meg. Ezeket a félelmeket csak mélyítette az édesanyja depresszív légkörének belélegzése, melynek mélyén ott volt saját „kényszerű szemrehányása” (Freud, 1913/2011, 66.).

Amikor az anya már elég jól volt, visszatért dolgozni, hogy megélhetést biztosítson a gyerekének, de még mindig képtelen volt szembenézni azzal, hogy a férfi, akihez hozzáment, anyagilag cserbenhagyta a családját. Mindvégig idealizálta volt férjét, egészen haláláig, amely lánya harmincas éveinek közepén következett be. Beatrice a maga részéről haragudott az apjára, egyrészt azért, mert úgy érezte, hogy már az ő fogantatásakor tudhatta, hogy halálos beteg – másrészt mert a betegsége és később a halála okozta érzelmi teher megfosztotta őt az édesanyjától. Beatrice nem sokkal édesanyja halála előtt tudta meg véletlenül egy rokonuktól, hogy az édesapja eljátszotta a családi vagyont – de ekkoriban éppen tudattalanul ismétlődött a szülei közötti viszony a saját házasságában. Férje az idő nagy részében a családtól távol dolgozott, keresetét pedig prostituáltakra és drogokra költötte, sőt, jelentős tartozással hagyta ott őket.

Amikor Beatrice felfedezte férje életvitelét, rá kellett döbbsennie, hogy pontosan az apja mintájára választott férjet, és számos fontos vonatkozásban ismétlődik szülei párkapcsolatának működése. Gyorsan elvált, és a veszteség mellett az elárultság-

³ Kiemelés az eredetiben (*a ford.*).

érzéssel is meg kellett küzdenie – nagyon hasonlóan az apjával kapcsolatos érzéseire. Ez a tapasztalat megnyitotta az utat egy mélyebb, katasztrofális veszteség-élménytől való félelem felé, és e szorongás közepette hazaköltözött az anyjához. Ekkor úgy érezte, minél többet meg kell tudnia az apjáról, és egy saját, reálisabb nézőpontot kialakítani vele kapcsolatban. Beatrice anyja túlságosan követelőző, sokszor kritikus is volt vele szemben, nem tudta megengedni a leválást – és ő maga is ambivalens érzésekkel küzdött az anyjával kapcsolatban. Anyjával való viszonyának ezen szakaszában a szeretet és az utálat igényét általában különböző tárgyakra vetítette, például előfordult, hogy anyját hevesen gyűlölte, miközben rajongott egy családi barátért. Vagy éppen ellenkezőleg: idealizálta anyját, és befektetett egy barátot vagy valaki mást. Ebben az időszakban diagnosztizálták anyját egy halálos kimenetelű degeneratív agydaganattal, az állapota pedig gyorsan romlott.

Beatrice folyamatosan az anyja mellett volt ebben a gyorsan romló betegségben és a kezelése során is – tudattalan ellenséges fantáziái hatására folyamatosan attól félt, hogy valami borzasztó dolog történik, ha eltávolodik. Ebben az időszakban, anyja kezelése során Beatrice számára nehéz volt bármiféle negatív érzést megélni, megfogalmazni anyja felé. Halálának napján is együtt voltak, de Beatricének nagyon nehéz volt kifejeznie annak fájdalmát, hogy ilyen állapotban kell látnia őt. Egy rövid időre elhagyta a szobát, ahol anyja haldoklott (egy családi barátira bízva a feladatot), hogy kicsit kipihenje és összeszedje magát, de az anyjától való fizikai eltávolodás olyannyira felerősítette a szorongását, hogy szinte pánikszerű állapotba került. Később az analízisben már meg tudta fogalmazni, hogy gyűlölte az anyját, amiért meghal – és más dolgok miatt is –, és attól rettegett, hogy amikor a közelében van, ettől a gyűlölettől fog meghalni az anyja, ha pedig eltávolodik, akkor az elhanyagolástól. Amikor nem látta az anyját, felerősödtek kínzó kétségei: vajon ő mennyiben felelős anyja haláláért? Akkor ott nem voltak ehhez a pánik-élményhez megfelelő szavak, és éppen az állapota akadályozta meg, hogy a lehető leghamarabb visszatérjen anyja betegágyához – az anyja pedig akkor halt meg, amikor ő nem volt a szobában. Az elért intellektuális fejlődés teljes összeütközésbe került az anya halálával, és Beatrice szinte elsüllyedt épphogy csak kialakuló érzéseinek kaotikus összevisszaságában. Félelmei és szorongásai következtében folyamatosan az összeomlás szélén táncolt, éppen csak túlélte. Egy barátja tanácsára keresett segítséget a pszichoanalízisben.

Freud egyik legnagyobb meglátása volt, hogy a kínzó büntudat és a gyászolásra való képtelenség a tudattalan ambivalens érzésekből, sokszor ellenségességből fakad. Ez volt a helyzet Beatricénél is. Jónéhány évvel anyja halála után is szüntelen gyászban és büntudatban élt, szinte mazochisztikusan ragaszkodott ezekhez az érzésekhez, mintegy fenntartva a kapcsolatot az anyjával. Mazochizmusa nem csak kiszolgált a büntudatát, de összetett, élvezetes és bonyolult kötődést is biztosított számára. Ugyanakkor, bizonyos mértékig tudatára ébredve az elválásnak, azonosulással tartotta életben az anyját: mintha ő maga lenne a saját anyja, túlzottan kritikus volt önmagával. Mondhatjuk úgy is, hogy azonosult az agresszorral. Ha ő maga az anyja, akkor az anyja nem férhet hozzá. Védekezésének merevsége idővel enyhült, és a gyász folyamatának részeként – ahogy azt már Freud is leírta – egészségesebben tudta megfogalmazni és megélni ambivalenciáját:

„Tudja, olyan nehéz volt elengedni az anyámat, de azt hiszem, most már kimondhatom a tényt: mindegy, milyen sokáig élt, akkor is azt fogom érezni, hogy nem volt elég a velem töltött idő...”

Fejlődési veszteségek és a gyász mint egész életen át tartó folyamat

Beatrice szavai túlmutatnak a szülők elvesztése felett érzett gyász nyilvánvaló tapasztalatain, feltárulnak a sorozatos fejlődési veszteségek örökké háttérben kísértő érzései – olyan átmeneti élmények ezek, melyek átszínezik a később megélt veszteségeinket is. A következőkre gondolok:

- az elsődleges tárgy elvesztése a differenciálódás során;
- a szeparáció-individuáció folyamatában jelen lévő veszteségek;
- az ödipális szeretet-tárgy elvesztése

Mindhárom téma értelmezhető a „csak kissé és késve” élményén keresztül is. Ahogyan Freud fogalmazta, „általános megfigyelés, hogy az ember nem szívesen ad fel valamely libidóhelyzetet, még akkor sem, ha pótlás van kilátásban” (Freud, 1917/1997, 132.). Azaz, mindig visszahúz minket – különösen stressz esetén – egy korábbi, ha nem a legkorábbi fejlődési szakaszba a vágy. Szintén Freud megállapítása az is, hogy folyamatosan, újra és újra átdolgozzuk ezeket a szakaszokat, például az Ödipusz-komplexus során: a vágyott „destruktív rezdület” (Freud, 1923/1991, 52.) valójában sohasem történik meg. Ugyanez elmondható a szeparációs-individuációs szakaszról és a mélyén eredő identitás-komplexusról is. Mindkét fázis újra előkerül a serdülőkor idején, és az újrafeldolgozás tulajdonképpen egész életen át tart (Glasser, 1979; Blos, 1967). Amikor Beatrice elkezdte az analízist, az anyja halála és mindezen veszteségek egyetlen zavaros, differenciálatlan érzés-halmazként jelentek meg. Az analízis egyik célja az volt, hogy szétválogassuk, mi hova tartozik. Beatrice-nek nehezebbre esett kilépni az anyjával való idealizált kapcsolatból, összefonódva maradt vele, hogy elkerülje a veszteséget: ez a tárgy elengedésének korai nehézségére utal. Mivel az elsődleges tárgy(kapcsolat), mint minden paradicsomi állapot, magában foglalja a végességet is, valahol a lelke mélyén úgy érezheti az ember, hogy nem volt, nem lehetett elég belőle – ezért mindig törekszik visszatérni ehhez az élményhez. Milton, Proust, Pierre Bonnard és más írók, művészek is inspirálódtak az elveszett paradicsom témájából. A paradicsomi állapot valami olyan teljességet jelent, amellyel Bálint Mihály a gyermek és környezete közötti szimbiotikus kapcsolatot jellemezte: „egymásba folyó harmonikus elvegyülés” (Bálint, 1971/2012, 54.). Ebben a teljességben azonban mindig ott van az elmúlás is. Leonard Shengold (2006, 192-201.) igen emlékezetesen írt erről a feszültségről.⁴ Beatrice számára a vágyhoz kapcsolódó veszteség-érzés különösen erős volt: a szeparáció folyamatával szembesülve erőteljesen kapaszkodott az idealizált anya reprezentációjába. Ennek eredményeképpen nem jutott el abba a fejlődési szakaszba, amelyben a veszteség és a

⁴ Leonard Shengold (1926–2020) amerikai pszichoanalitikus
<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/00207578.2020.1739528> (a ford.).

növekedés dialektikus feszültsége képezi a szeparációs-individuációs folyamat alapját, majd a fejlődés összegződése nyomán megszületik egy új belső struktúra és a valóságelv (Akhtar, 1994, 451.). Beatrice beleragadt egy statikus bárcsak-világba, melyet primitív idealizációk, hasítás és tagadás jellemezett.

Beatrice a fejlődésének későbbi szakaszában sem volt képes adekvátan kezelni az Ödipusz konfliktus feloldásához szükséges veszteség-élményt, mely – mint maga a gyászfolyamat – magában foglalja a szeretet tárgyának fokozatos feladását, és az elveszett tárgykapcsolat tulajdonságainak belsővé tételét, a felettes én kialakulását. A későbbi gyász-tapasztalatokkal ellentétben, amikor véglegesen elveszítünk egy szeretett személyt, az Ödipusz-komplexus idején a gyász a szeretett személy jelenlétében (és jó esetben a segítségével) történik. Ha ez a segítség valamilyen okból nem áll rendelkezésre – akár a körülmények, akár a szülő halálának bekövetkezése miatt –, az Ödipusz-komplexus feloldása ellentmondásossá válik, és ez a későbbiekben további gyászfolyamatokra is kihathat majd. Beatrice apjának halála és anyjának depressziója pontosan ettől a támogatástól fosztotta meg őt.

Minden egyes veszteségünk megélése folyamán újraéljük korábbi veszteségeinket és megküzdési módjainkat is – ideértve a veszteség elkerülésére tett erőfeszítéseinket. Korábbi veszteségeinket és azokra adott válaszainkat magában hordozza az éppen aktuális veszteség. Beatrice fejlődésének minden egyes szakaszában megtapasztalta, hogy soha nem volt eléggé elérhető számára az anyja (és az apja) támogatása. A csak kissé és késve megkapott tárgyakhoz ragaszkodott: bárcsak..., mi-minden-lehetett volna..., sosem volt elég ideje gyászolni, amikor pedig mégis gyászolt, azzal kellett szembesülnie, hogy nincs teljes feloldozás és vigasztalódás a veszteség élményéből. Soha nem vágyakoznánk vissza a paradicsomba, ha lenne teljes feloldozás.

Beatrice esetét megvizsgálhatjuk Freud elméletének szempontjából is. Klasszikus művében Freud szembeállította a gyász és a melankólia állapotait, hogy hangsúlyozza az ő értelmezésében a melankóliához tartozó érzéseket – de ezzel a polarizációval egy túlságosan merev elválasztást hozott létre. Mindkét állapot a veszteség élményére adott reakció, de „kézenfekvő lenne a melankóliát valamiképpen a tudattalan tárgyvesztéshez kapcsolni, szemben a gyással, amelynek során a veszteségből semmi sem marad tudattalanul” (Freud 1917/1997, 133.). Véleményem szerint az elkerülhetetlen fejlődési veszteségeink tudattalanul mindig megjelennek a gyászfolyamatainkban is – és mivel ezek az eredendő ambivalenciák nyomot hagynak minden veszteség-élményünkön, a gyász akkor is tud elhúzódó és patológiás (komplikált) lenni, ha nem jelenik meg a melankólia állapota. Hasonlóan, Freud azon gondolata, miszerint „a gyászban a világ vált szegénnyé és üressé, a melankóliában maga az én” (1917/1997, 133.), nem illeszthető könnyedén össze az átlagosan (normálisan, egészségesen) gyászolóktól hallott olyan kijelentésekkel, mint „senkinek érzem magam nélküle”, vagy „elvesztettem egy részemet”. Freud célja ebben a szövegben (gondolatmenetben) természetesen az volt, hogy megvilágítsa a melankólia jellemzőit a gyással szemben, különösen a súlyos önkritikák természetét – ugyanakkor úgy gondolom, hogy a természetes gyász sokkal közelebb van a melankóliához, mint ahogyan azt ő tárgyalja. Beatrice megszállott önostorozása nem annyira az azonosulás során elvesztett tárgy veszteségéből fakadt, inkább abból a mágikus elképzelésből, hogy valahogyan megakadályozhatta volna szülei halálát.

Persze jelen volt valamennyire az azonosulás az agresszonnal, de ez a mágikus vágy önmagában védekezési mechanizmus volt mind a tehetetlenség-érzéssel, mind a „megöltem őket” félelmével szemben. A hangsúly nem a melankolikus depresszió, hanem az anyjával való viszony működtetésén volt, bár kétségtelen, hogy az ambivalenciák feloldatlanok maradtak.

Beatrice anyja aktív elgyászolása után is úgy fogalmazott, hogy soha nem jutott neki elég belőle – és itt akár kétségbe is vonhatjuk a szokásos pszichoanalitikus következtetést, miszerint a szeretet tárgyának dekatexise és belsővé tétele (valamilyen reprezentáció formájában vagy valamilyen értelemben) nemcsak hogy vigaszt nyújt, de lezárja a gyászfolyamatot is.

Vigasztalhatatlanság

„A múlandóságról” című esszéjében Freud igen optimistán gondolkodott a gyászfolyamatról, melynek következményeként az elveszett tárgyról való teljes leválást jelölte meg: „A gyász azonban, mint tudjuk, bármennyire fájdalmas is, magától véget ér. Ahogy feladott mindent, ami elveszett, felélte önmagát is, és libidónk újra felszabadul, hogy amennyiben még fiatalok és tevékenyek vagyunk, az elveszett tárgyakat azonos vagy magasabb értékűekkel helyettesítse.” (Freud, 1916/2001, 205.)

Ugyanilyen hangot üt meg a „Gyász és melankóliá”-ban is, amikor azt állítja, hogy „a gyászmunka befejezése után az én mindazonáltal ismét szabaddá és nem-gátolttá válik”. (Freud, 1917/1997, 133.) E fogalmi rendszerben a gyász valamiféle átmeneti felbomlott állapot, az elveszett tárgy helyét pedig idővel új tárgy veszi át. Ezen a gondolatmeneten tovább haladva azt a – korábban a melankólia kapcsán tett – megállapítását is felidézi Freud, hogy a gyászfolyamat következményeképpen az elveszett tárgy az én-ben kap helyet. Lényegében arról van szó, hogy „egyáltalában ez az azonosítás a feltétele annak, hogy az ősválami a maga tárgyát feladja” (Freud, 1923, 36.). A tárgy nem vesz el teljesen, hanem belsővé lett. Ahogy Karl Abraham írja: „A gyász folyamatával [...] együtt jár a vigasztalás is: szeretetem tárgya nem tűnt el teljesen, itt hordozom magamban, elveszítethetetlenül.” (Abraham, 1926, 437.)

De a vigasztalódás hangsúlyozása túl egyszerű magyarázatnak bizonyult. Amikor Ludwig Binswanger saját elvesztett fiát gyászolta, Freud az alábbi vigasztaló sorokat írta neki 1929. április 11-én, Sophie lánya születésnapján, kilenc évvel azután, hogy Sophie meghalt spanyolnátha következtében: „Tudjuk, hogy az akut szomorúság egy ilyen veszteség után hosszabb lefutású, de tudjuk azt is, hogy vigasztalhatatlanok maradunk, és sosem találunk pótlékot. Teljesen mindegy, mi következik, hogy átvegye a helyét, még ha teljességgel ki is tölti azt a helyet – mégiscsak valami más lesz az, nem ugyanaz. És így is kell lennie. Ez az egyetlen módja annak, hogy örökké szeressünk valakit, akit soha nem akarunk elhagyni.”⁵ Freud itt a saját gyermekének elvesztésére reagál, olyan veszteségre, amely mindannyiunknak különösen nehéz.

⁵ Freud és Binswanger kapcsolatáról lásd: [http://imago.mtapi.hu/a_folyoirat/e_szovegek/pdf/\(14\)2003_2-3/157-168_Lubinszki-M.pdf](http://imago.mtapi.hu/a_folyoirat/e_szovegek/pdf/(14)2003_2-3/157-168_Lubinszki-M.pdf) (a ford.).

Mint ahogy egy szülő elvesztése a fiatal gyerekeknek, úgy a gyerek elvesztése a szülőnek is olyan gyász, mely nem a család természetes fejlődéséből következik. Itt 1929-ben Freud tisztán megfogalmazza, hogy bármilyen – külső vagy belső – tárgy kerül is az elvesztett helyére, az sohasem lehet ugyanaz, ezért a gyászoló személy vigasztalhatatlan lehet. A gyász pedig sohasem fejeződik be. Ha minden elég jól alakul, az elvesztett szeretett személy reprezentációja belsővé lesz, minden jó és kevésbé jó tulajdonságával együtt: beszélhetünk és kapcsolódhatunk hozzá, és így tovább. De mégis egy *elvesztett* személy marad – és ebben az értelemben a hiányt mindig gyászolni fogjuk.

A veszteséghez kapcsolódó vigasztalhatatlanság legerőteljesebben a szülő korai elvesztése vagy a saját gyermek elvesztése esetén fordulhat elő, de természetesen nem kizárólag ezekben az esetekben. Miután a valóság tesztelése befejeződik a gyászfolyamat lezáródása során, amikor már lehetséges újra a világhoz kapcsolódni – akkor nyilvánvalóvá válik, hogy az elvesztett szeretett személy bensővé tétele nem ugyanaz, mintha a valóságban, élőben is velünk lenne. Fontos megjegyeznünk, hogy Freud a vigasztalhatatlanság élményét nem a problémás gyászfolyamat egy aspektusának tekinti, hanem a veszteség megéléséhez tartozó természetes élményként beszél róla. E tapasztalat részeként sokszor megjelenik némi tagadás vagy elutasítás a valósággal szemben, a vigasztalhatatlanságra adott reakcióként. Emlékszem egy férfira, aki friss apaként, miután részt vett a szülésben, hazament lezuhanyozni, összeszedte a szükséges holmikat a feleségének, majd elkezdett azon gondolkodni, hogy kiket hívjon fel, hogy megszületett a gyermekük. Nagy megdöbbenésére az első gondolata az volt, hogy legelőször az apját hívja – de az apja régen meghalt, amikor ő négyéves volt. Elgyászolta már az apját, de az örömhír megosztása olyan vágy volt, melyhez nem volt elegendő a belső reprezentáció. Ugyanígy, általános és természetes tapasztalat, hogy szeretteink elvesztésének évfordulóinak környékén szomorúak vagyunk, vagy hogy egy-egy aktuális veszteség idején újraélednek korai fájdalmas tapasztalataink. Ezek az érzések torzítatlan maradványai annak a veszteségnek, melyet a „csak kissé és késve” élményével írhatunk körül. Mint ahogy sohasem tudjuk tökéletesen feloldani a fejlődési szakaszok mögött rejlő veszteségeket sem, ugyanígy feloldhatatlan a szeretett személyeink elvesztése is. Az éppen aktuális veszteség előhívhat korábbi fejlődési veszteségeket és válaszul kifejlesztett védekezési mechanizmusokat is. Edward Glover egyszer azt írta, hogy stressz hatására abba a fejlődési szakaszba regrediálunk, amelyben kisgyerekként hasonló konfliktust éltünk át – hogy a korábban már bevált megküzdési mechanizmusokat aktiváljuk. Az „átmeneti gyermekkori kormányzás” segítségével küzdöttük át magunkat gyerekkori kríziseinken (Glover, 1939, 123.). Beatrice tehát az anyjával való azonosulás segítségével megpróbálta letagadni a halál okozta szeparációt.

A következőkben két röviden bemutatott esettel illusztrálom a vigasztalhatatlan gyász (és lehetséges megoldási módjainak) megélését – a két eset együttesen egy spektrumon helyezkedik el, melynek egyik végpontja egyszerű átmeneti jelenség, a másik pedig komolyabb zavart mutat.

Első (nagyon rövid) példában az illető elfogadta a veszteség tényét, és nap mint nap együtt élt vele, de a vigasztalhatatlanság érzése miatt magát a valóságot utasította el. Kisfiúként egy özvegyasszony mellett laktunk. Az asszony és a férje, Cecil nagyon

szoros kapcsolatban voltak, így az özvegynek nehéz volt alkalmazkodnia a veszteséghez. A mindennapokban, a közösségben elfogadta a férje halálának tényét, és eszerint viselkedett, de fenntartott magának egy kicsike valótlan „területet”, az illúzió valamiféle zárványát. Időnként meghívta teázni a szomszédait, és ilyenkor mindig hagyott egy üres széket Cecilnek, és töltött neki egy csésze teát. A vendégek mindig tiszteletben tartották ezt az illúziót. A beszélgetésbe nem vonták be a halott férjet, de valamilyen pszichés realitásként mégiscsak jelen volt ezeken az eseményeken. Úgy vélem, ez a gesztus ahhoz a jelenséghez hasonlít, amikor a gyászolók elveszített szerettük egy ruhadarabját hordják akár évekkel a haláleset után is – miközben a halál tényét természetesen elfogadták. Tehát valamilyen formában nemcsak az elveszített szerettünk illatával akarjuk körbevenni magunkat, hanem az *átmeneti* azonosulással vigasztalódunk is. Lehetne ezt a valóság pszichotikus szintű tagadásának is nevezni, én azonban inkább a játék fantáziavilágában értelmezném ezt a jelenséget. Freud „hallucinatorikus vágypszichózisnak” nevezte ezt a jelenséget, és az álmodással vonta párhuzamba (Freud, 1917/1997, 132.). Volt szomszédunk a mindennapi életében tisztában volt vele, hogy a férje meghalt, de az álomszerű fantáziajáték birodalmában lehetősége volt úgy tenni – eljátszani –, mintha ott lenne, komolyan azt játszani, hogy ott *van*. Éppen úgy, mint amikor például valakinek (szerettünknek, akit elvesztettünk) a ruháját hordjuk: átélhetjük, hogy olyanok vagyunk, mint ő, vagy éppen mi magunk vagyunk ő – miközben tisztában vagyunk a valósággal is. Ez a játék egy olyan pszichikus térben jön létre, amely egyszerre szubjektív és objektív is, azaz, természetesen, egy harmadik felületen.

Évekkel Sophie halála után Freud egy páciensének, Hilda Doolittle-nek megmutatta a „pici medalliont, amit mindig az óraláncára erősítve hordott, és azt mondta: »Itt van velem« (Sophie)”.⁶ A zsebórárt és a medalliont együtt szemlélve nyilvánvaló a vigasztalhatatlan gyász súlya: az idő halad, és az élet véges, de megvigasztalhatjuk magunkat azzal az illúzióval, hogy az elvesztett személy mindig jelen van – mintha megállíthatnánk az időt.

Második példamban, ahogy említettem, a spektrum másik oldalát szeretném bemutatni, egy páciensem kilenc évvel ezelőtti történetét. A helyi pszichoterápiás szolgáltatótól egy kolléga küldte őt hozzám, a felesége halála okozta elhúzódó gyász miatt. Hamar kiderült, hogy egészen sajátos nárcisztikus visszahúzódás állapotában él, melyet megosztott a feleségével már a halála előtt. Thomas a negyvenes éveinek végén járt, egyetlen gyermeke volt egy általa kisszerűnek leírt anyának és egy korábban tengerész, majd iskolai gondnok apának. Mindketten meghaltak már, és Thomas gyerekkorában az iskola területén laktak egy szolgálati lakásban, sem barátai, sem rokoniak nem voltak. Thomas apja durva és erőszakos volt, különösen a fiával szemben. Thomas magányosan nőtt fel, és mivel rettegett attól, hogy olyan veszélyes lesz, mint az apja, mintegy a reakcióképzés következményeként, buddhistának és pacifistának vallotta magát. Apja agressziójával szembeni ellenállása miatt nem volt esélye megismerni saját agressziójának erejét. Ez a karakter a háttérben csendes kapcsolatban állt egy idealizált elsődleges tárggyal, melyet Thomas teljesen

⁶ H. D. (Hilda Doolittle) és Freud kapcsolatáról lásd:

[http://imago.mtapi.hu/a_folyoirat/e_szovegek/pdf/\(17\)2006_1/063-74_H-D_\(Hilda-Doolittle\).pdf](http://imago.mtapi.hu/a_folyoirat/e_szovegek/pdf/(17)2006_1/063-74_H-D_(Hilda-Doolittle).pdf)

[http://imago.mtapi.hu/a_folyoirat/e_szovegek/pdf/\(17\)2006_1/075-100_S-Stanford-Friedman.pdf](http://imago.mtapi.hu/a_folyoirat/e_szovegek/pdf/(17)2006_1/075-100_S-Stanford-Friedman.pdf) (a ford.).

kisajátíthatott magának, anélkül, hogy az apját versenytársnak tekintse. Teljesen képtelen volt elgyászolni az apja halálát. Ehelyett tudattalan félelmek gyötörték attól, hogy a halott apja erőszakos gyűlölete különböző formákban visszatér hozzá – ami természetesen projekció volt. Mindez igen hasonló ahhoz, amit Freud ír a *Totem és tabu*ban:

„Az ellenséges indulat, melyről mit sem akarunk tudni, és ezután sem akarunk tudni, a belső észrevevésből a külvilágba dobódik, ezenfelül saját személyünkről leválasztva egy másikra tolódik át. Nem mi, az életben maradottak örülünk, hogy az elhaltól megszabadultunk; nem, mi gyászoljuk őt, ő azonban most sajátságos módon gonosz démonná lett, kinek a mi szerencsétlenségünk kielégülést okozna, s aki arra törekszik, hogy halálunkat idézze elő. Az életben maradottaknak mármost védekezniük kell a gonosz ellenség ellen; a belső nyomás alól felszabadultak, de csak kívülről jövő szorongattatással cserélték fel.” (Freud, 1913/2011, 67-68.)⁷

Thomas nem sokkal korábban, negyvenes éveinek közepén találkozott a feleségével, aki valamivel fiatalabb volt nála. Egyiküknek sem volt korábban partnere. Thomas tanárként dolgozott, a felesége pedig magánvállalkozóként. A várostól távolabb vásároltak egy kis birtokot, a saját édenkertjüket, ahol a feleség lovakat tartott, Thomas pedig a műhelyében és a műtermében dolgozott. Tanári állását feladta, így teljesen elzáródott a külvilágtól. Életének erre a szakaszára idilliként tekint: minden, ami rossz, a külvilág része, itt a zárt, utópisztikus rendszerükben minden tökéletes. A visszavonulás helye volt az otthonuk, téren és időn kívül, valamiféle paradicsomi állapot – éppen úgy, mint ahogy ő annak idején az elsődleges tárgyával a fantáziájában ezt létrehozta. Csak akkor hagyták el az otthonukat, amikor feltétlenül szükséges volt. Kapcsolatuk a tudati szinten konfliktus- (és szex-) mentes volt, minden tudattalan zavar a külvilág felé értelmeződött. Thomas minden egyes nap ellenőrizte a kerítést, nehogy valami átszökjön valamelyik irányba, legyen az állat vagy növény. Ha bármit talált a kerítés közelében, azt megsemmisítette. Aztán egy napon a feleségét egy nagyon agresszív rákkal diagnosztizálták, és a diagnózistól számítva három hónapon belül meg is halt. Az otthonuk egyensúlya összeomlott – Thomas ottmaradt ugyan, de rettegése az ártalmas behatolásoktól (saját projektált erőszakos agressziója) tovább fokozódott. Az a gondolat kínozza, hogy a felesége bizonyára összejátszott az ő démoni apjával, és azért lett rákos, hogy lerombolja az ő (nárcisztikus) tökéletes világukat. Mindentől meg kellett szabadulni, ami az egyensúly felbomlásával fenyegetett, legyen az külső vagy belső fenyegetés. Attól félt, hogy ő maga ölte meg a feleségét azzal, hogy az ő apja szállta meg a nőt. A halál elviselhetetlensége elől pszichotikus visszavonulásba menekült; minden, ami a halállal kapcsolatos: a halandóság, az idő kérlelhetetlen múlása, kerülendő lett. A kolléga szinte semmit nem tudott ezekről a dolgokról. Nagyon nehéz volt együtt dolgozni vele, hiszen maga a munka fenyegette a törékeny egyensúlyt – gyakran előfordult nála pszichotikus összeomlás is, amelyet azonnal kezelni kellett, az agressziója szélsőséges felerősödése miatt. Egy pszichiáter kollégával együttműködve tartottuk a terápiában.

A kezelés során később aztán előkerült gyászolásra való képtelensége, vigasztalhatatlansága, és a vigasztalhatatlanság elleni védekezései is. Például hitt

⁷ A 2011-es kiadásban Ferenczi Sándor 1918-ban írt előszavával (*a ford.*).

abban, hogy a lovak az ő feleségét jelenítik meg: velük aludt az istállóban, a testük melege a felesége testmelege, az illatuk az ő illata volt. Előfordult, hogy megette a székletüket. Ahogy Karl Abraham feltételezte: „a gyász archaikus rítusai feltételezhetően magukba foglalták a halott ember elfogyasztását is” (Abraham, 1926, 444.). Thomas párhuzamot vont a felesége, saját maga és a lovak között, a kannibalizmus, koprofágia és autofágia egy nagyon szomorú és nyugtalanító nárcisztikus évnesztés állapotában egyesült. Nem vesztette el a feleségét, hiszen ő maga volt a felesége, és a lovak is ő volt, mindannyian egyek és együtt voltak. De ez igen kényes egyensúly volt. Amikor az egyik ló elszabadult a kifutóban, Thomas meg volt győződve róla, hogy gonosz démonok szállták meg – veszélyben érezte az egységet, ezért lelőtte a lovat –, mint ahogy az is a félelme volt, hogy ő pusztította el a feleségét. Az érzelmek és az ellenségesség folyamatosan kavargtak az elméjében. Éppen úgy – vagy még kaotikusabban – működött, mint ahogy azt Abraham írja a gyászoló ember érzésvilágáról: belül megölte a felesége iránt érzett szeretetét, és magát a feleségét is, azután kivetette magából, a halott testét „azonosította az ürülékével”, így „az ürülék-evés iránti vágya kannibalisztikus is egyben, a megölt szeretet-tárgy elpusztítására irányul” (Abraham, 1926, 444.). Thomas esetében is igaz a „csak kissé és késve” élménye: nemcsak túl korán vesztette el a feleségét, de nem volt idő arra sem, hogy teljes személyként igazán megismerje őt. Ha Abraham és Török (1994)⁸ munkájából indulunk ki, elmondhatjuk, Thomas számára a felesége halála az elsődleges tárgy fejlődési veszteségével kapcsolatos sérüléseit idézte fel. Elképzelhetőnek tartom, hogy Thomas anyja csak úgy tudott megszabadulni férje erőszakosságától, hogy távol maradt a családtól – ez pedig Thomas számára hiányként jelent meg, túlságosan hosszú egyedüllétként ahhoz, hogy elviselhető legyen vigasztalás nélkül. Felesége elvesztése archaikus működésmódba kapcsolta őt, mely alapvetően az orális szakaszból eredt, és egybevágott házassága elveszett paradicsomával – ez az állapot megvédte őt attól a félelemtől, hogy a felesége elvesztése egyenlő önmaga elvesztésével. Érdekes itt felidézni Winnicott híres megjegyzését: nincs olyan, hogy kisbaba, csak kisbaba-anya egység van. Thomast egyszerre hagyták el kisgyerekként és férfiként, és ez rettegéssel töltötte el a saját létezését illetően is. Az inkorporáció (bekebelezés) volt a módszere (évnédő mechanizmusa) arra, hogy fenntartsa a nárcisztikus buborékját, és életben maradjon. Elgondolkodhatunk azon a felvetésen is, hogy vajon Thomas felesége halálára adott válasza inkább melankólia-e, vagy csak gyász: véleményem szerint, ha valaki azonosul az elveszett szerettével, az nem lehet kizárólag a melankólia jellemzője. Lehet a gyász folyamatának része, és itt újra visszatérhetünk a vigasztalhatatlanságra adott reakcióhoz. A különbség abban rejlik, hogy az inkorporáció mechanizmusa dominál-e, vagy inkább csak utat nyit az azonosulás felé (legalább részben), mely esetben az

⁸ Részletek magyarul:

[http://imago.mtapi.hu/a_folyoirat/e_szovegek/pdf/\(09\)1998_2-3/123-156-Abraham-Torok-Rand_Burok_es_a_mag_reszletek.pdf](http://imago.mtapi.hu/a_folyoirat/e_szovegek/pdf/(09)1998_2-3/123-156-Abraham-Torok-Rand_Burok_es_a_mag_reszletek.pdf)

Beszélgetés Török Máriával és Rand Miklóssal:

[http://imago.mtapi.hu/a_folyoirat/e_szovegek/pdf/\(09\)1998_2-3/109-122-magyar-psza-Parizsban-III_Torok-Rand_interju.pdf](http://imago.mtapi.hu/a_folyoirat/e_szovegek/pdf/(09)1998_2-3/109-122-magyar-psza-Parizsban-III_Torok-Rand_interju.pdf)

valamint

http://imagobudapest.hu/images/lapszamok/2017_3_Fantom_es_Kripta_szam/IB_2017_3_Fantom_es_Kripta_szam_180_oldal.pdf

elvesztett szerettünk belső reprezentációjának megalkotásával elismerjük azt a tényt is, hogy a gyászoló különálló, saját jogán létező személy.

Jelen tanulmányban nem fejttem ki bővebben Thomassal folytatott közös munkánkat: összefoglalásképpen megállapíthatjuk, hogy esete szélsőséges példaként szolgál a gyász feldolgozására való képtelenségre. Agressziója és szeretete nem volt összeegyeztethető, és radikális vigasztalhatatlansága ennek megfelelően szélsőséges védekezési mechanizmusok bevetésével járt. S bár az ő nehézségei súlyosan nárcisztikusak voltak, többé-kevésbé mindannyian osztozunk a vigasztalhatatlanság élményében.

„Nem tudtam mindent, amit tudni akartam róla”

A fejezet címében olvasható szavak Beatrice szavai: anyja elgyászolásának nehézségeit ecsetelte velük. Korábban idéztem már tőle („Tudja, olyan nehéz volt elengedni az anyámat, de azt hiszem, most már kimondhatom a tényt: mindegy, milyen sokáig élt, akkor is azt fogom érezni, hogy nem volt elég a vele töltött idő...”), e szöveg tehát így folytatódott: „Nem tudtam, hogy semmi mást nem akarok, csak hogy tudjam, mi van vele”. Beatrice észrevette már, hogy „bárcsak” fantáziái beteljesületlenségre vannak kárhozthatva. A tanulmány további részében arról gondolkodom, hogy életünk során összegyűjtött veszteség-élményeink mögött – legyenek bár fejlődési sérelmek vagy szeretteink halála okozta veszteségek – lehet-e a gyásznak még egy kevésbé nyilvánvaló aspektusa. Talán kijelenthetjük, hogy végső soron mindannyian megismerhetetlenek vagyunk egymás számára – a halál pedig egészen közel hozza ezt a tapasztalatot hozzánk. Hiába ismerünk valakit hosszú ideje, akár egy életen át, akkor is érezhetjük úgy, hogy nem tudunk róla mindent, hogy több időre lett volna szükségünk megismerni őt – és „még ha” (Beatrice szavaival élve) tovább élne is, akkor sem lehetünk biztosak benne, hogy jobban megismerjük. Nem csak arra gondolok, hogy mit gondolt, vagy mit tett volna az illető, vagy hogy milyen irányba fejlődött volna a kapcsolatunk – bár ezek is a veszteségeink részei. Úgy vélem, mindannyiunkban van egy végső, megismerhetetlen lényeg (mag), és ha ezzel az enigmával találkozunk – például a veszteség kapcsán –, az előidézheti a „csak kissé és késve” élményét. Bármennyire is igyekszünk bepillantani a mélybe, egy bizonyos szinten túl nem lehetséges. Ezen a ponton érdemes felidéznünk két szerző két különböző megközelítésmódját: Laplanche és Winnicott gondolatait.

Laplanche a gyászmunkát Pénélope (Odüsszeusz felesége) történetéhez kapcsolja, kiemelve és elemezve Pénélope kérióivel szembeni stratégiáit, míg Odüsszeuszt várja haza. Nappal szemfedőt sző idősödő apjának, Laertésznek, és azt mondja a kérióknak, hogy akkor megy férjhez, ha elkészült a munkával – éjszaka pedig szétbontja (Laplanche fordításában „analizálja”) a munkát. Pénélope munkája – a szövés és a lebontás váltakozása – magát az analitikus munkát jelképezi. Laplanche így ír erről:

„A manifeszt történet szerint a hűséges és bölcs feleség megpróbál megszabadulni a hivatlan kérióktól, és pusztán azzal a céllal sző, hogy aztán majd lebonthassa – vagyis hogy időt nyerjen Odüsszeusz hazatéréséig. De épp ilyen valószínű egy

másik, teljesen ellentétes ok: csak azért bontja le újra és újra az anyagot, hogy szöhhessen, hogy új mintázatot hozhasson létre. Pénélope sohasem vágja el a fonalat, a freudi gyászfogalomnak megfelelően, hanem türelmesen bontogatja, hogy újabb és újabb mintázatokot alakíthasson ki belőle. Ez a tevékenység ráadásul éjszakai, messze a tudatosság fényétől, melyről Freud is azt mondja, hogy a fényben a fonal egyesével lefejtethető.” (Laplanche, 1999, 252.)

A halottak hátrahagyott üzenetének fordítása és újrafordítása történik újra és újra, az utólagosság (*après coup*) előnyével: egy olyan üzeneté, melyet nem lehet biztonsággal pontosan lefordítani. Laplanche számára a gyász kiismerhetetlen. A gyászmunka a halott másik enigmatikus, kiismerhetetlen üzenetéhez kapcsolódik. A halott már nincs ott, de az üzenete megmarad.

„A gyászoló sohasem értheti meg teljesen ezt az üzenetet, sohasem hallgathatja meg elégszer. A gyász során szinte mindig feltesszük a kérdést: Mit mondana ő most? Mit mondott volna? Szinte sohasem kerülhetjük el a megbánást és a lelkipurdalást, hogy nem beszéltünk eleget a másikkal, hogy nem figyeltünk oda, mit is akart mondani.” (Laplanche, 1999, 254.)

A halottak üzenetét csak részben lehet lefordítani, hiszen az enigmatikus, megismerhetetlen részt maga az elvesztett személy fordította tudattalanul. Laplanche megfogalmazásában új értelmet nyernek a feltett kérdések. Csábításról és fordításról alkotott elmélete nyomán egy finoman árnyalt, nagyon is emberi érzés bontakozik ki: a gyász nem lezáródó, lezárható, hanem inkább nyitott, minduntalan alakuló folyamat. Ez a megállapítás természetesen a „másik mássága” gondolatmenetéből táplálkozik:

„Aztán a megismerhetetlenség (enigma) a másik másságához vezet vissza, ez pedig a tudattalanra adott válasz – vagy úgy is mondhatjuk, a bennünk élő másságra [...], a tudattalan semmiképp sem tekinthető létünk lényegének [...] a »benső még mélyebb bensője« értelmében. A benső lényegemtől távol, inkább a másik idegensége költözött belém, a másik megemésztett terméke bennem: egy belső idegen test.” (Laplanche, 1999, 254-255.)

A „belső idegen test” fogalma inkább kapcsolódik a freudi melankóliához, mint a gyászhoz, de éppen úgy, ahogy Freud szerint a gyászra is vonatkozik az elvesztett tárgy belsővé tételének folyamata, ugyanígy Laplanche is kiterjeszti a gyászra az introjektált enigmatikus másik fogalmát. Bizonyos értelemben ez is rendezőelv. A szálak összeszövésének és lebontásának ismétlődése a természetes gyászfolyamat hullámvázának szimbóluma.

Így közelíti meg tehát Laplanche a végső megismerhetetlent a másikban és önmagunkban. Winnicott más irányból magyarázza létezésünk lényegét: nem számunkra ismeretlen a belső lényeg, hanem mások számára. Ez a szelf független „*incommunicado*” [kommunikál(hat)atlan] aspektusa. Winnicott szerint „a szelf központi része sohasem kommunikál, még a valóságelvnek is ellenáll, mindig csendes – maga az élet”. (Winnicott, 2016, 445.)

Azzal nagyon is egyetérthetünk, hogy legbelső lényegünket senkivel nem tudjuk megosztani, és senki sem tudja önmagunk helyett megérteni, felismerni benső lényegünket – miközben természetesen lehetnek empatikusak, érthetik, ismerhetik

érzéseinket és gondolatainkat. Az átmeneti azonosulás segítségével mind tudatos, mind tudattalan érzéseket és gondolatokat érzékelhetnek mások belőlünk. Ebben az értelemben a másik sohasem ismerhet meg engem teljes mértékben. De az a gondolat, hogy végső soron, mélyen legbelül magányosak vagyunk, ennél sokkal radikálisabb. Winnicott úgy véli, „e középponti szelf magányossága az egészség kritériuma” (Winnicott, 2016, 149.). A másokkal való együttélés során elkerülhetetlenül veszünk fel különböző szerepeket: férj, apa, pszichoanalitikus, professzor, csoportvezető, óraadó és így tovább. Bizonyos szerepekben otthon érzem magam, másokban kevésbé; érezhetem úgy, hogy túlságosan meghatároznak a szerepeim, vagy hogy mások csak a szerepet látják bennem. Ha ilyesfajta veszélyben érzem magam, érdemes visszavonulnom önmagamba, ahol megpihenhetek anélkül, hogy reagálnom kellene bármire a külvilágból, „*incommunicado*” maradhatok. „Communicating and Not Communicating Leading to a Study of Certain Opposites” című előadása alatt Winnicott bizonyára meglepte közönségét, amikor ezt állította:

„Miközben ezen előadás anyagán dolgoztam, teljes meglepetésemre, úgymond előre meg nem határozott gondolatmenetből kiindulva, hamar arra a következtetésre jutottam, hogy jogom van nem kommunikálni. Legbensőbb lényegemből érkezett ez a tiltakozás, válaszul arra a félelmetes fantáziára, hogy végtelenül kizsigerelnek. Más nyelveken ez a fantázia egyenlő a felfalatással vagy lenyeletéssel. Jelen előadás nyelvezetével szólva ez bizony a *megtaláltatás fantáziája*.” (Winnicott, 2016, 433.)

Nem szükséges sem Winnicott, sem Laplanche munkásságában elmélyednünk ahhoz, hogy lássuk, hogyan vélekedtek (mindketten a maguk egyedi megközelítésében) az itt bemutatott témáról: hogy önmagunk és mások számára végső soron megismerhetetlenek vagyunk. Éppen így érvelt Freud is a maga kopernikuszi fordulatával, amikor a személyiség középpontjának a tudatos én helyett a mérhetetlen mélységű tudattalant tette meg (Freud, 1900/1986). Winnicott gondolatának, mely szerint „minden egyén elszigetelt, nem kommunikáló, ismeretlen, végső soron megtalálatlan” (Winnicott, 2016, 440), Laplanche rejtélyes üzenetéhez hasonlóan mély hatásai vannak kapcsolatainkra és a gyászra. Winnicott sokat foglalkozik a valódi és a hamis szelf viszonyával, illetve e megkülönböztetés következményeivel. A valódi szelf a szavakon túli világban létezik; csendes, szubjektív elevenség: lényegét csak megtapasztalni lehet, de Winnicott azt is felismerte, hogy némi vigaszra van szükségünk az „[elszigeteltség] kemény tényének elviseléséhez”. „Ezt a tényt lágyítja a megosztás, amely a kulturális tapasztalatok teljes köréhez tartozik.” (Winnicott, 2016, 441.) Kicsi én-szigetek⁹ maradunk, még ha a tenger enyhíti is magányunkat azzal, hogy összekapcsolja szigeteinket.

Úgy vélem, az autentikus élet forrása e központi szelf életteliségén múlik: a világ teremtésével és újrateremtésével hozzuk létre személyes jelentésünket (Robinson, 2018). Ez a vitalitás pedig, ahogy Daniel Stern is hangsúlyozta, dinamikus (Stern, 2010).

Egészségben a létünk sohasem statikus: mindig a létrejövés folyamatában vagyunk, Merleau-Ponty szavaival „örök kezdőként” (Merleau-Ponty, 1945, ix); és ez

⁹ Lefordíthatatlan szójáték: az angol *island* (sziget) szó kiejtése azonos az I-land (én-föld) szóéval (*a ford.*).

arra is vonatkozik, hogy sohasem ismerhetjük meg magunkat és egymást teljesen, akármennyire intim viszonyba is kerülünk egymással. Kiismerhetetlenek vagyunk egymás számára, és amikor a hiányzó szeretet-tárggyal és az azonosulással kapcsolatos veszteséggel van dolgunk, a belsővé tétel (internalizáció) valahogyan mindig hiányos – akár kapcsolatként, akár személyként (akár mindkét szempontból) tekintünk a belsővé tett tárgyra. Annak ellenére, hogy mindannyiunkban ott lakozik a vitális központi mag-szelf, és mindannyian sajátos módon megéljük önmagunkat, végső soron mégiscsak megismerhetetlenek vagyunk önmagunk és mások számára. A delfi Apollón templom homlokzatán olvasható jól ismert életbölcesség: γῶθι σεαυτόν – ismerd meg önmagad – sohasem teljesíthető.

A holtak örökségeként hátrahagyott enigmatikus üzenetek állandó utólagos (*après-coup*) fordítása és újrafordítása (Laplanche kifejezésével), az önmagunk és a másik megismerhetlenségével való szembesülés – mindez szükséges a gyászfolyamat megértéséhez. Úgy gondolom, a gyász megéléséhez hozzátartozik annak az elkerülhetetlen ténynek az elfogadása, hogy sohasem fogjuk sem magunkat, sem az elvesztett szeretteinket teljesen és egészében megismerni – és ők sem minket, akármilyen hosszú ideig élünk is.

Végül egy újabb rétegre szeretnék emlékeztetni, Dryden már idézett versének utolsó soraival:

„Még egyszer, üdv, ifjú, isten veled;
Nyelvünk Marcellusa, ah, vége lett!
Bár homlokod övezi a babér:
Végleg bekerített sorsod s a rideg éj.”

(Dryden, 1683/1986, 612. Ferencz Győző fordítása)

Ezek a sorok nem nyújtanak vigaszt. Mint minden elégia, ez is az ember – önmagunk és mások – múlandóságával szembesít minket. Általában a mások halálával szembesülünk előbb, és a magunkéval csak később. Vagy Laplanche szavaival: „a halál kiismerhetlenségével mindig mások szembesítenek minket” (Laplanche, 2001, 93.). Annak ellenére, hogy „tudattalanjában mindenki meg van győződve tulajdon halhatatlanságáról” (Freud, 1915/1995, 175.), szembesülnünk kell a halál könyörtelen végességével. Így aztán a halál egy újabb megismerhetetlen tulajdonságával kell szembesülnünk, hiszen ahogy Freud írja: „saját halálunk is elképzelhetetlen, és valahányszor megkíséreljük elképzelni, észrevehetjük, valójában csak nézőként veszünk részt benne”. (Freud, 1915/1995, 175.)

A gyász tehát többrétegű:

- elvesztett szeretteinket hasonló módon (izomorfikusan) gyászoljuk, mint ahogyan a korai fejlődési veszteségeinket megéltük;
- gyászoljuk a mindig vágyott vigasz elvesztését is: a gyász a vigasztalhatatlanság folyamata is egyben;
- gyászoljuk a másik és önmagunk megismerhetőségének lehetőségét;
- a másik halálának megtapasztalásával a saját halálunkkal is szembesülünk.

T. S. Eliot egy esszejéből vett idézettel kezdtem tanulmányomat, most pedig egy drámájából vett részlettel zárom. Olvassuk a szöveget minden kontextus nélkül – mindössze annyi megjegyzést fűzök hozzá, hogy egy ismeretlen vendég szavai ezek, akiről később kiderül, hogy pszichológus:

„De hiszen egymással kapcsolatban naponta meghalunk.
Amit másokról tudunk,
Csak emléke a pillanatoknak,
Amikor ismertük őket. És megváltoztak azóta.
Az a feltevés, hogy ők is, mi is ugyanazok maradtunk,
Hasznos és kényelmes társadalmi konvenció,
De néha föl kell borítani. Azt sem szabad elfelejtenünk,
Hogy minden találkozáskor egy idegennel találkozunk.”

(Eliot, 1949/1986, 308. Vas István fordítása)

Bepillantunk a mélybe, de a mélység végső soron áthatolhatatlan.

Székely Zsófia fordítása

Felhasznált irodalom

- Abraham, K.** (1926). A Short Study of the Development of the Libido, View in the Light of Mental Disorders. In: Abraham, K.: *Selected Papers*. London: Hogarth Press.
- Abraham, N. – Torok, M.** (1994). *The Shell and the Kernel*. Chicago: University of Chicago Press.
- Bálint M.** (1968/2012). *Az őstörés. A regresszió terápiai vonatkozásai*. Ford. Boross Ottilia. Budapest: Animula.
- Blos, P.** (1967). The Second Individuation Process of Adolescence. *The Psychoanalytic Study of the Child*, 22: 162–186.
- Doolittle, H.** (1997). *A Tribute to Freud*. Manchester: Carcanet Press.
- Dryden, J.** (1683/1986). Mr. Oldham emlékezetére. Ford. Ferencz Győző. In: Várady Szabolcs (szerk.), *Klasszikus angol költők a középkortól a XX. századig I.* (595–614). Budapest: Európa. Lásd még:
https://www.babelmatrix.org/works/en/Dryden%2C_John-1631/To_the_Memory_of_Mr._Oldham/hu
- Eliot, T. S.** (1949). Kóktél hatkor. Ford. Vas István. In: uő, *Versek – drámák. Macskák könyve* (261–390). Budapest: Európa, 1986.
- Eliot, T. S.** (1933). Conclusions. In: *The Use of Poetry and the Use of Criticism*. London: Faber and Faber, 1964.
- Freud, S.** (1900). *Álomfejtés*. Ford. Hollós István. Budapest: Helikon, 1986.

- Freud, S.** (1913). Totem és tabu. Ford. Pártos Zoltán. In: uő, *Tömegpszichológia. Társadalomlélektani írások (123–157)*. Budapest: Cserépfalvi, 1995. A fordításban hivatkozott kiadás: Budapest: Belső EGÉSZ-ség Kiadó, 2011.
- Freud, S.** (1915). Időszerű gondolatok háborúról és halálról. Ford. Szalai István. In: uő, *Tömegpszichológia. Társadalomlélektani írások (159–184)*. Budapest: Cserépfalvi, 1995.
- Freud, S.** (1916). A múlandóságról. Ford. Bókay Antal. In: uő, *Művészeti írások (201–205)*. Budapest: Filum, 2001.
- Freud, S.** (1917). Gyász és melankólia. Ford. Berényi Gábor. In: uő, *Ösztönök és ösztönsorsok. Metapszichológiai írások (129–143)*. Budapest: Filum, 1997.
- Freud, S.** (1923). *Az ősvalami és az én*. Ford. Hollós István és Dukes Géza. Budapest: Hatágú Síp Alapítvány 1991.
- Freud, S.** (1929). Letter from Freud to Ludwig Binswanger, April 11, 1929. In: Gerhard Fichtner (ed.), *The Sigmund Freud – Ludwig Binswanger Correspondence 1908-1938* (196). London: Open Gate Press, 2000.
- Glasser, M.** (1979). Some aspects of the role of aggression in perversions, In: I. Rosen (ed.), *Sexual Deviations* (278–305). Oxford: Oxford University Press.
- Jacobson, E.** (1971). *Depression. Comparative Studies of Normal, Neurotic, and Psychotic Conditions*. Madison: International Universities Press.
- Laplanche, J.** (1999). *Essays on Otherness*. London: Routledge.
- Laplanche, J.** (2001). An interview with Jean Laplanche by Cathy Caruth. <http://pmc.iath.virginia.edu/text-only/issue.101/11.2caruth.txt>
- Merleau-Ponty, M.** (1945). *Phenomenologie de la Perception*. Paris: Librairie Gallimard.
- Robinson, K.** (2018). Creativity in Everyday Life (or Living in the World Creatively). In: Angela Joyce (ed.), *Donald W. Winnicott and the History of the Present. Understanding the Man and his Work* (77–89). London: Routledge.
- Stern, D. N.** (2010). *Forms of Vitality. Exploring Dynamic Experience in Psychology, the Arts, Psychotherapy, and Development*. Oxford: Oxford University Press.
- Winnicott, D. W.** (1960). The Theory of the Parent-Infant Relationship. In: Lesley Caldwell, Helen Taylor Robinson (eds.), *The Collected Works of D. W. Winnicott, Volume. 6: 1960–1963* (141–158). Oxford: Oxford University Press, 2016.
- Winnicott, D. W.** (1963). Communicating and Not Communicating Leading to a Study of Certain Opposites. In: Lesley Caldwell, Helen Taylor Robinson (eds.), *The Collected Works of D. W. Winnicott, Volume. 6: 1960–1963* (433–446). Oxford: Oxford University Press, 2016.