

Ita Mariann

Új irányzatok a pszichoanalízisben: A negatív és a spirituálisan szenzitív pszichoanalízis összehasonlítása

Bevezető

Írásomban két könyvet és ezzel két pszichoanalitikus irányzatot mutatok be: Julie Reshe (2023) *Negative Psychoanalysis for the Living Dead – Philosophical Pessimism and the Death Drive*, illetve Gideon Lev (2023) *Spiritually Sensitive Psychoanalysis* című, tavaly megjelent műveit tárgyalom. Előbbi egy vállaltan ateista világnézeti alapokon nyugvó pszichoanalitikus megközelítés, míg utóbbinak a spirituális hit képezi elméleti és gyakorlati keretrendszerét. Elemzésem kiindulópontja és egyben kérdésfelvetése az, milyen válaszokat adnak a pszichoanalízis köntösébe bújva ezek a sok szempontból egymásnak ellentmondó és meglehetősen szélsőséges megközelítések a modern ember szenvedéseire.

Korunkban az egyre gyorsuló globalizáció megrendíti a hagyományos társadalmi, kulturális struktúrákat. A mintakövetésül szolgáló referenciák, valamint az azokból felépíthető határozott világkép hiányában az egyén magára marad kérdéseivel, kétségeivel, miközben a társadalom egyre sürgetőbben ösztönzi önmaga megtalálására, megalkotására, megvalósítására. Természetesen ez a folyamat nem ma indult, napjainkban ugyanakkor egyre erősödő tendenciaként érzékelhető, mely az izoláció és szorongás növekedéséhez vezet. Egy ilyen társadalmi közegben érthetővé válik, miért állítja Julie Reshe és Gideon Lev egyaránt, hogy az utóbbi években növekvő érdeklődést tapasztalnak munkájuk, terápiás megközelítésük iránt: mindkettőjükre igaz ugyanis, hogy terápiás szemléletmódjukon keresztül az élet fontos kérdéseire konkrét válaszokkal szolgálnak, így határozott világképet nyújtanak. Népszerűségüknek tehát fontos magyarázata lehet az, amire Aner Govrin (2006) pszichoanalitikus is felhívja a figyelmet: ha az emberek distresszt élnek át, akkor nem azt várják az analitikusuktól, hogy az interszubbektivitással óhatatlanul együtt járó bizonytalanságát vállalja, lehetséges narratívákat kínáljon, hanem sokkal inkább, hogy „tudja”, azaz megnyugtató értelmezésekkel, ezen keresztül pedig válaszokkal szolgáljon. Hasonlóképpen, Renata Salecl (2004) szlovén filozófus szerint is, a túl sok választási lehetőség, amellyel korunk emberének szembe kell néznie az élet valamennyi

területén, kitermeli azokat a vezetőket, gurukat, akik válaszokat kínálva képesek csökkenteni szorongásaikat. Egyrészt – mondja Salecl – az egyének védik identitásukat az azt elbizonytalanító külső behatásoktól, másrészt vágnak valakire, aki átveszi tőlük a döntések, választások felelősségét. Minthogy egyre nő a nyomás a szélsőséges élvezetek (*jouissance*) átélésére, mely készítés párosul a választási lehetőségek sokasága hozta szorongással és a társadalmi tiltás hiányával, így nem lehet pontosan meghatározni, mely típusú öröm az, amely társadalmilag elfogadott, tehát egyre inkább nő az igény egy mester-figura iránt, aki szabályozza az örömeinket (Salecl, 2004).

Govrin azt is felveti, sajnálatos, hogy a 21. században már nem születnek pszichoanalitikus iskolák. Jól láthatóan, ma már nem mernek az analitikusok önálló irányzatokat alkotni, magukra pedig alapítókként hivatkozni, mert ez korunkban túlságosan autoriter aktusként hatna. A kapcsolati analízis egyre növekvő tényerése nyomán manapság inkább a korábban kidolgozott pszichoanalitikus irányzatokra vonatkozó integrációs törekvések meghatározóak. Ez azonban – érvel Govrin – egyfajta langyos víz állapotot hoz létre, mely nem kedvez a kreatitásnak, akadályozza az újító gondolatok, módszerek megszületését, a pszichoanalízis így terméketlen talajjá válik. A szerző számos érvet sorakoztat fel emellett, miért lenne szükség új pszichoanalitikus iskolák megszületésére: gazdagíthatnák a pszichoanalitikus metaforákat, szótárakat; meghatározhatnának új klinikai problémákat, melyek korábban nem fogalmazódtak meg problémaként; továbbá tartalmazhatnának generálhatnának, melyek élőbbé tennék a pszichoanalízist. Ezen túlmenően, az új irányzatok megjeleníthetnének egy egészséges krízist a pszichoanalízis szakterületén, amely szükség esetén paradigmaváltáshoz vezethetne. Ideális esetben az új iskolák képesek lennének tükrözni olyan kulturális változásokat, melyeket nem ismertek fel a régebbi iskolák, ezzel pedig a pszichoanalízist frissebb, relevánsabb tudással gazdagítanák.

Govrin szerint azonban mindehhez elengedhetetlen, hogy az iskolák alapítói maguk ne legyenek posztmodernnek. Ez ugyanis feltétele annak, hogy ne csupán narratívákban és metaforákban gondolják el elméleteiket, hanem igazi nagy elméleteket (*grand theory*) alkossanak. Amennyiben posztmodern módon gondolkoznának, minduntalan emlékeztetniük kéne magukat arra, hogy nem létezik igazság. Ez pedig, valahányszor valami újat és kreatívat mondanának a világról, szorongást váltana ki bennük, ami akadályozná gondolataik mélyülését, továbbblendülését. Govrin az alkotás eme pszichoanalitikus terét a winnicotti átmeneti térhez hasonlítja, ahol a szerző átmenetileg levetheti a posztmodern fentebb megfogalmazott korlátozó mechanizmusait a játékidő során. Ez a jótékony illúzió – hangsúlyozza a szerző – valójában csak átmeneti, az alkotás idejére vonatkozik. A posztmodern Govrin ugyanis egy őrzőkutyához hasonlítja, mely minden elméletet óv attól, hogy diktatorikussá váljon, magát az igazság szószólójaként tüntesse fel. Ez a kettős attitűd – az alkotás idejére kötöttségeitől megszabadult szerzőé, majd a posztmodernre jellemző kritikai felülvizsgálat – segíthetné a pszichoanalízist abban, hogy megújulhasson, de mégse váljon doktrínává. Olyan új pszichoanalitikus iskolákra van szükség, melyek vezetői természetes averzióval viseltetnek a fundamentalizmus iránt, ugyanakkor maguk is bátorítják kollégáikat, hogy találják meg egyéni hangjukat,

hozzanak létre új kifejezéseket, találjanak új jelentéseket, konceptualizáljanak eddig még nem megmagyarázott fogalmakat (Govrin, 2006).

Írásomban tárgyalásra kerülő két terápiás szemléletmód, a negatív pszichoanalízis és a spirituálisan szenzitív pszichoanalízis, sok tekintetben megfelelnek Govrin kívánalmainak. A szerzők magukra alapítókként hivatkoznak, irányzatukat világosan elnevezték, számos új fogalmat alkottak, saját elméleti gondolataikat a posztmodern kereteken kívülre helyezték, és ezzel nem korlátozták önnön újtó törekvéseiket. Elméleteik megszületése – ahogyan azt látni fogjuk – a fentebb tárgyalt társadalmi-kulturális változásokra, illetve az ezek nyomán megszületett igényekre is reagálnak. Habár egyik szerző sem gyakorló pszichoanalitikus, talán éppen ez a távolságtartás adhatta azt a bátorságot, amelynek olyannyira híján van ma a pszichoanalízis Govrin szerint.

A tárgyalandó megközelítésmódokra tehát valóban érdemes úgy tekintenünk, mint egy átmeneti pszichoanalitikus alkotó tér kísérleteire. Ha tudatosítjuk, mely pontokon váltanak ki bennünk azonosulást, lelkesedést, vagy éppen felháborodást, némi önismereti hozadékkal is szolgálhat áttekintésük.

Spirituálisan szenzitív pszichoanalízis

A spirituálisan szenzitív pszichoanalízis megalkotója Gideon Lev klinikai szakpszichológus, filozófus, a Tel-avivi Egyetem tanára. Lev érdeklődésének középpontjában a pszichoanalízis és a spiritualitás kapcsolata áll. Elmélete az általa elnevezett „új spiritualitás” fogalma köré épül. Habár elismeri, hogy a spiritualitás jelenségét nem tudja jól meghatározni, „új spiritualitás” alatt egyfajta szubjektív, belső spirituális élményt ért, amely túlmutat a tradicionális formákon, azaz az intézményesített vallás keretezte élményvilágon (Lev, 2023a). Leegyszerűsítve, míg a vallás istenközpontú, addig a spiritualitás az egyén sajátos élményszerű tapasztalatát veszi alapul. Lev kiemeli, hogy a 21. században évről évre radikálisan nő azon személyek száma, akik célzottan „spirituálisan szenzitív” terapeutát keresnek, akivel megoszthatják spirituális természetű élményeiket anélkül, hogy félniük kellene bármiféle stigmatizációtól (Lev, 2018). Lev szerint ez a folyamat része a Samuels által reszakralizációs mozgalomnak nevezett trendnek, amelyet a pszichoanalízisen belül mint új iskolát is értelmezhetünk (Samuels, 2004, 824; Lev, 2023a, 38). Lev ennek a mozgalomnak ajánlja saját művét.

A spirituálisan szenzitív pszichoanalízis nem helyettesíteni, hanem gazdagítani kívánja a pszichoanalízist. Az integráció során olyan új szintézis jöhet létre – véli Lev –, amely teljesebb képet nyújthat az emberi életről, és az abban rejlő potenciálokról. Fontos, hogy a spirituálisan szenzitív terapeuta, viszontáttételi érzéseit elemezve, tudatában legyen spirituális törekvéseinek, valamint annak, ahogyan ez a terápiára hathat. Nem elvárás ugyanakkor az analitikussal szemben, hogy maga is spirituális praxist folytasson, hiszen a szerző szerint maga a pszichoanalitikus munka egyben spirituális gyakorlat is. Különböző implicit spirituális elemek kezdettől fogva részei voltak a pszichoanalízisnek – mondja Lev, minthogy azonban manapság egyre inkább

nő a spiritualitás iránti nyitottság, így ezek is mind nyilvánvalóbban azonosíthatóvá válnak. A pszichoanalízis és a spirituális megközelítés közti párhuzamra példaként hozza Lev azt, ahogyan terapeuta és páciens a negatív érzéseket nem elnyomni, hanem felszínre hozni, megérteni igyekszik csakúgy, ahogyan a meditáció során a meditáló elfogadja, és egyre inkább megéri negatív érzésmintázatait. Magát a terápiás folyamatot, amely során valamely negatív minőség pozitívvá változik, az alkímia folyamatához hasonlítja Lev. Spirituális elemként hivatkozik továbbá arra a mély kapcsolatra, amely páciens és terapeuta között létrejön, amikor is az áttételi, viszontáttételi folyamat során képesek egymás érzéseit, gondolatait zsigerileg érzékelni, túllépve így a test határait.

A spirituálisan szenzitív pszichoanalízis kiemelten foglalkozik olyan problémákkal, melyek a spirituális keresők, buddhisták, jóga gyakorlók között rendkívül gyakoriak és akadályt képeznek a további fejlődés előtt. Ilyenek például a kiválasztottság-komplexus, pozitív érzések túlhangsúlyozása, a „harag-fóbia”, a túlzott tolerancia és együttérzés okozta észlelési torzulások, a mazochista önfeláldozás, vagy akár súlyosabb skizoid állapotok (Masters, 2010). Az Isten-ember kapcsolatot Lev tárgykapcsolati keretrendszerben értelmezi. Az istenreprezentációval való tudatos munka során olyan istenkép alakítható ki az esetleges korlátozó, büntető, gyenge vagy távoli istenkép leépítésével, amelyhez könnyebben kapcsolódhat az egyén. A terápia során fókuszba kerül a spirituális élmények átélésére irányuló ellenállások feloldása is, mely mögött önbizalomhiány vagy félelem húzódhat meg. Ez a hagyományos pszichoanalízist kiegészítő irányzat tehát – amennyiben a páciensnek igénye van erre – módot kínál, hogy elhárítva az akadályokat hozzásegítse őt spirituális élményei intenzitásának növekedéséhez.

Lev bevezeti az *álomszerű esemény* (DLE – *dreamlike event*) fogalmát, amely olyan tapasztalatot jelöl, amely bár valóságos, mégis tekinthetünk rá álomként. Akár egy álom esetében, a valós eseményekre, szereplőkre szimbólumokként gondolunk ezek értelmezésekor, így azok többletjelentésekkel bővülve, túlmutatnak önmagukon. A szimbólumok vitálisak, gazdag jelentéstartalmúak, segítségükkel új fényszögbe helyezhetők hétköznapiak tűnő élmények. A DLE-ket – mondja Lev – tekinthetjük úgy, mint a teljesség kifejeződéseit, melyek leépítik a határokat külső és belső világ között. Ezeket, mint az éjszakai álmokat értelmezve, Lev „újfajta királyi utat” kínál a tudattalanhoz (Lev, 2023a, 48). Az irányzat gyakorlati módszereit bemutató fejezetben erről részletesebben lesz szó.

A spirituálisan szenzitív pszichoanalízis kiemelt célja, hogy a páciens hozzásegítse egoja meghaladásához. Az áttételi- viszontáttételi folyamatok elemzésével az analitikus bátorítja páciensét, hogy az kevésbé ragaszkodjon egoisztikus, ebben az értelmezésben szűklátókörű, önző énjéhez és annak illuzórikus vágyaihoz, mely csupán akadályozza egy mélyebb, valódibb szelf megtapasztalását. A buddhista, misztikus irányzatokban is fontos szerepe van az ego meghaladásának és a vágyak elengedésének. Lev számára e téren Lacan képezi a hivatkozási alapot. Mint írja: „valamennyi analitikus megközelítésben (talán a lacani kivételével) az egyetlen közös feltevés az, hogy minden embernek »van« énje” (Lev, 2023a, 64). Moncayot idézve Lev kiemeli: mind a lacani pszichoanalízis, mind a buddhizmus azt állítja, hogy a valódi szelf a nem létező szelf („*true self is no self*”) (Moncayo, 1998, 383).

Az eddig sorolt praxisok segítségével Lev nem más, mint a szenvedésektől való megváltást (*salvation*), ezzel pedig megszabadulást (*liberation*) kínál pácienseinek; megváltást a földi szenvedéstől a spiritualitás és a pszichoanalízis fúziójának segítségével. Habár nem Lev az első, aki integrálni próbálja a pszichoanalízist és a spiritualitást (Izd. Spiritually oriented psychodynamic psychotherapy), megközelítése sok szempontból radikálisabban és szélsőségesebben képviseli a spiritualitást a pszichoanalízisben.

Negatív pszichoanalízis

Julie Reshe filozófus negatív pszichoanalitikusként hivatkozik magára; a dublini University College Cork tanára, valamint a ljubljana-i pszichoanalitikus – más néven lacani – iskola képviselője. Tanárai között olyan jeles gondolkodókat találunk, mint Slavoj Žižek vagy Mladen Dolar. Az iskola fő célja, hogy a német idealizmus filozófiáját, a marxizmust és a pszichoanalízist használják mint az elemzés eszközeit korunk társadalmi, kulturális és politikai jelenségeinek megértéséhez.

A negatív pszichoanalízis irányelveit Reshe a 2023-ban megjelent *Negative Psychoanalysis for the Living Dead – Philosophical Pessimism and the Death Drive* című könyvében foglalja össze. 2024-ben a művet a húsz legjobb, új pszichoanalitikus témájú könyv között tartja számon a bookauthority.org internetes oldal¹. Művének középpontjában a lacani értelemben vett szelfnélküli szubjektum áll (Lacan, 1954–55/1988). Lacan szerint a születésünk maga trauma, amely hasadást hoz létre bennünk. Ez az az őstrauma, amely nem gyógyítható, az emiatt érzett űr, hiány valójában nem betölthető. A hiányt úgy éli meg az ember, mintha elvesztett volna valamit, ami teljessé tehetné és egész életét annak a fantáziának szenteli, hogy megtalálhatja azt. Újabb és újabb vágyakat igyekszik beteljesíteni, de csupán a kiábrándult üresség érzete marad, mert ha meg is kapja, amit szeretne, azt érzi, hogy ez mégsem az, amire vágyott. Amit e lázas keresés során nem ismer fel az egyén, és Lacanra hivatkozva erre emlékeztet a negatív pszichoanalízis, az az, hogy nem vesztett el semmit (Lacan, 1954–55/1988). Amit ugyanis identitásként érzékel, az eköré az űr köré épül, így maga a hiány alkotja a szubjektumot. A társas kapcsolatok sem segíthetnek betölteni ezt az űrt, hiszen a másik ránk irányuló, feltételezett vágyának való megfeleléskor magát a hiányt osztjuk meg egymással. Reshe még egy matematikai képlettel is érzékelteti a kapcsolatok hiányjellegét, amikor azt mondja, két ember kapcsolódása nem az $1 + 1 = 2$, hanem sokkal inkább a $1 * 0 + 1 * 0 = 0$ formulának feleltethető meg (Reshe, 2023).

Ebben a kilátástalan helyzetben minden olyan vallási, pszichológiai irányzat, mely javulást, gyógyulást, a tünetek csökkenését, azaz valamiféle tágan értelmezett, pozitív irányú megváltást kínál, csupán illúzió. Ilyen módon Reshe minden Freud utáni pszichoanalitikus, pszichoterápiás irányzatot pozitívnak, azaz hamisan megváltást kínáló ígéretnek tart, amely abba a hitbe ringatja az embert, hogy betölthető a létezése alapját jelentő űr. Philip Rieffre (Rieff, 1987) hivatkozva Reshe (2024b) azt állítja, társadalmunkat a terápiás kultúra (*therapeutic culture*) pozitivitást követelő

¹ A honlap elérhetősége: <https://bookauthority.org>

szemléletmódja határozza meg. Habár úgy tűnik, egyre nyíltabban beszélünk negatív érzésekről, azt mégis többnyire pozitív kontextusba ágyazva tesszük, olyan hívószavak mentén, mint feldolgozás, túljutás, gyógyítás vagy megváltás. Azaz, ha szóba kerül a trauma, általában rögtön annak gyógyításáról beszélünk. Ma már nem tabu gyászról beszélni, ám legfőképp annak kívánatos, elakadásoktól mentes feldolgozása kerül előtérbe. Hasonlóképpen, amikor depresszióról, szorongásról van szó, általában a gyógyítási lehetőségek, a tünetcsökkentés válik hangsúlyossá. Mintha magát a negatívát képtelenek lennénk önmagában megragadni, elfogadni, mondja Reshe (2024b). Ez pedig a negatív érzések széleskörű társadalmi elnyomásához, a szorongó, depressziós ember stigmatizálásához és izolálódásához vezet (Reshe, 2023). A negatív érzések nem szűnnek meg a pozitivitás követelésének következtében, csupán még több szenvedést okoznak, és a helyzetet rontja, hogy a szomorúságot ezzel morális dimenzióba utalják. A mindennapokban ez úgy jelenhet meg például, ha egy barátunk szorongóvá, szomorúvá válik és már tanácsaink sem segítenek rajta, akkor a legjobb szándékkal terápiába utaljuk őt. Ha járt már, akkor feltételezzük, hogy nem a megfelelő terápiában vagy terapeutánál volt, és csak tovább kell keresnie. Azaz csupán egy bizonyos szintig toleráljuk a negatív érzéseket. Mindebből következik, mondja Reshe, hogy a vallásos világ bűn fogalma megfeleltethető korunk negatív érzésének. Ahogyan a bűn azt jelezte, hogy valami nincs rendben az emberrel, éppen ezért azt mindenki titkolni igyekezett, és megszabadulni tőle, úgy ez elmondható ma a negatív érzésekről is.

A pozitív pszichológiát sok kritika éri hasonló okok miatt, a boldogság mint elvárás olyan nyomásként hat, amely inkább növeli a szenvedő negatív érzéseinek intenzitását (van Zyl, L. et al., 2023). Azonban Reshe kritikája jóval a pozitív pszichológia körén túl terjed, vagy megfogalmazhatjuk úgy is, kiszélesíti pozitív pszichológia fogalmát: a negatív pszichoanalízis szemüvegén keresztül a kritikai pszichológia, az egzisztenciális pszichológia, sőt maga Slavoj Žižek is kritikai górcső alá kerül. Habár Reshe árnyalva megjegyzi, e terápiás irányzatok általában több negatív érzést engednek meg a főáramú pszichológiával összevetve, mégis jellemzően pozitív keretrendszerben maradnak, és még ha nem is annyira szembeötlően, mint a pozitív pszichológia, mégis nyomást helyeznek az egyénre. A kritikai pszichológia esetén a negatív érzések elfogadhatók, azonban csupán átmenetileg, a jelenben. Az elképzelt jövőben, amikor kollektív összefogással megvalósul a boldogság, az ideálisnak vélt társadalomban már nincs helye negatív érzéseknek. Az egzisztenciális pszichológia, amely hagyományosan a „sötétebb érzelmi tónusú” terápiás megközelítések közé tartozik, minthogy középpontba állítja a szenvedést, Reshe kritikája szerint észrevétlen marad arra, miként tesz különbséget jó és rossz, azaz autentikus és kevésbé autentikus szenvedés között. Az autentikus szenvedés nyereséggel jár, hiszen általa megvalósul az autentikus lét, amely – habár szenvedéssel teli, mégis – magasabb rendű, ilyen módon elérése kívánatos. Másfelől a hagyományos egzisztenciális megközelítésben a *Mitsein*, vagyis a másokkal való együttlét csillapítja a szorongást, mégpedig azáltal, hogy feloldja az embert az összetartozásban és a létezés közös módjaiban. Az egzisztencialisták azonban többnyire figyelmen kívül hagyják – mondja Reshe – a társas lét traumatikus és fájdalmas magját. Nemcsak a magány hordoz ugyanis magában szorongást keltő potenciált, hanem a kapcsolódás is.

Ami pedig Žižeket illeti, legyen bármilyen kiábrándult, vagy pesszimista is, Reshe úgy véli, azzal, hogy embereknek tart előadást arról, hogy mit kéne tenniük egy jobb társadalomért, csak azt bizonyítja, nem mondott le a tudás megosztásán keresztül társadalomjobbító törekvéseiről (Reshe, 2024a).

Reshe szerint ideje lenne leszámolnunk azzal a képzzel, hogy önmagunkra mint a boldogságért egyénileg, vagy kollektíven küzdő egyénként gondoljunk. Ha forradalmiság, a szerző azt javasolja, képzeljük el a szolidaritás forradalmát, ahol képesek vagyunk szembenézni létünk tragikumával, a boldogság elérésének lehetetlenségével, így képessé téve magunkat arra, hogy valóban meghalljuk és elviseljük egymás fájdalmát.

A szerző e kérlelhetetlen negativitásának gyökereit Lacan mellett Freudnál, pontosabban, az 1920 utáni Freudnál kell keresnünk. Ebben az évben jelent meg ugyanis *A halálösztön és az életösztönök* című mű, amelyben Freud bevezeti a halálösztön fogalmát (Freud, 1920). Reshe szerint korábban a freudi emberkép jóval pozitívabb volt, ám 1920-ban ez megváltozott. Freud arra lett figyelmes, hogy vannak olyan életjelenségek, például bizonyos típusú álmok (pl. háborús neurózisban szenvedők visszatérő álmai), amelyek kivonják magukat az örömelv hatása alól, és valamiféle destruktív erőtlől hajtva, kényszerű ismétlődést mutatnak. Ezt az erőt (*Trieb*) halálösztönnek nevezte el, amely az embert irányító életösztön pozitív irányú törekvéseit tudattalan erőként újra és újra elgáncsolja, majd a halállal végső győzelmet arat. A halálösztön rejtett munkája tehát mint ismétlési kényszer nyilvánul meg az ember életében, például amikor valaki hiába alakít ki újabb és újabb párkapcsolatokat, az azokban megtestesülő, ismétlődő szenvedést okozó dinamika rendre ugyanúgy kirajzolódik. Freud szembesült felfedezésének mély tragikumával, miszerint az ember végső soron gyógyíthatatlan beteg (Reshe, 2023). E következtetés pedig azt jelentette volna, hogy maga a pszichoanalízis is reménytelen küzdelmet folytat. Ennek felismerése, illetve a negatív kritikák nyomán későbbi írásaiban Freud igyekezett tompítani a halálösztön mindent átható jelentőségét. Reshe azonban úgy véli, Freud ezzel felhívította azt a tragikus igazságot, amely a tisztánlátás mély és szomorú bugyraiban felismerhetővé vált számára. Reshe célja ezért rehabilitálni az egyébként magánéleti okok miatt is megtört, kiábrándult Freud eredeti szemléletmódját. Reshe a negatív pszichoanalízist halálösztön uralta pszichoanalízisnek is nevezi, és azt kutatja, miként gondolkodnánk ma a pszichoanalízisről és milyen sajátosságai lennének a terápiás praxisnak, ha 1920-ban Freud vállalta volna felfedezésének súlyát (Reshe, 2023).

A következőkben összehasonlítom a spirituálisan szenzitív pszichoanalízis és a negatív pszichoanalízis terápiás gyakorlatát, terápiás céljait, valamint a két irányzat által megjelenített ideális terapeuta képét.

Spirituálisan szenzitív pszichoanalízis terápiás gyakorlata

A szeretet kiemelt helyet foglal el a spirituálisan szenzitív pszichoanalízisben, amelyre nemcsak mint módszerre gondol Lev, mondván, az katalizálja a terápiás

folyamatot, hanem arra mélyen átélt érzésként és egyben a legmagasabb fokú spirituális teljesítményként is tekint. A szeretetnek egyszerre kell szenvedélyesnek, feltétel nélkülinek lennie, ugyanakkor kontrollálnak és elvárásmentesnek is. Ez utóbbi szeretetforma leírásakor Lev gyakran hivatkozik Freudra mint az objektív terapeuta képére, aki nem támaszt előzetes elvárásokat a pácienssel szemben és nem vonódik be érzelmileg (Lev, 2023a). Habár Lev elismeri, hogy a szeretet önmagában nem elegendő a terápiás fejlődéshez, figyelmeztet: amennyiben a páciens nem részesül a terapeuta szenvedélyes és állhatatos szeretetében, akkor nem számíthat a kezelés sikerességére. Másfelől Lev hangsúlyozza, hogy az érzelmi bevonódás ugyanezzel a veszéllyel fenyeget. Azaz a terapeutának egyszerre szükséges átadnia magát szenvedélyes érzéseinek, de mégis tartania kell közben bizonyos érzelmi távolságot. Erre a bravúrra azonban nem mindenki képes, ezért nem véletlenül állítja a szerző, Ghentre (1990) hivatkozva, hogy a keleti guru a nyugati világban maga a pszichoanalitikus. Ghent szerint a guru átmeneti tárgyként egy illúziót teremt, amely biztosítja a lehetőségét annak, hogy az egót mint hamis szelfet feladja a tanítvány, és megjelenjen helyette a valódi énje. E folyamat a szeretetnek egy egészen újszerű dimenzióját nyitja meg és teszi átélhetővé. A tökéletes jelenléttel és teljes elfogadással a guru biztosítja a tanítványa számára azt a transzformatív élményt, amelyben másként tapasztalhatja meg önmagát. A guru ugyanakkor nem vitatkozik, hiszen az az ego hangja, és tisztában van azzal, hogy minden bevonódás ezen a szinten megerősíti a konfliktust. Ebből következően a spirituálisan érzékeny pszichoanalízis képes az áttételi kapcsolaton keresztül csökkenteni a páciens kötődését a saját énközpontú, egoisztikus szelfjéhez. Ez a tudatállapot pedig hozzásegíti a páciens asszociációi szabad áramlásához, melyet egyébként akadályoz az egohoz való túlzott ragaszkodás. A sikeresen megvalósult szabad asszociáció során összeroppan az ego és érvényre juthat a valódi én.

A szelfnélküliség (*no self*) ideája Lev elméletében nem csupán a buddhizmus hatása. Kiemeli, hogy a misztikus technikák mindegyikénél megjelenik valamilyen formában a szelf tagadása, feladása, vagy meghaladása mint cél, hiszen a szelf maga a szenvedés forrása, a szeretetre való képesség kibontakozásának és a megvilágosodás elérésnek korlátja. Lev számos buddhista idézettel támasztja alá, hogy a megvilágosodásra nem hosszú távon elérendő célként érdemes tekintenünk, hanem egy olyan tudatállapotként, amely bármelyik pillanatban megvalósítható, amikor felismerjük létünk mélyebben fekvő valóságát. A spirituálisan szenzitív terapeuta tehát segítségére van a páciensének abban, hogy az a saját szűklátókörű perspektíváját feladva olyan a pozícióba jusson, amelyből szemlélve életét rádöbbenjen: az általa addig ismert énje és annak személyes céljai illúziók csupán, s mindezeknek a feladása nem önmaga elvesztését, hanem éppen ellenkezőleg, önmagának a jelenben való teljes elfogadását teszi lehetővé (Lev, 2023a).

Freud elméletének középpontjában a „bűnös ember” áll, aki küzd vágyai beteljesítéséért, Kohutnál a „tragikus ember” szerepel, aki belső szelfjét akarja megvalósítani, a tárgykapcsolat-elméletben pedig a „függő ember” képe jelenik meg, akinek célja, hogy kialakítsa egészséges kapcsolódásait a fontos másokhoz (Lev, 2023a, 63). A spirituálisan szenzitív pszichoanalízisnek, ehhez képest mint negyedik paradigmának – állítja Lev, az „önfeláldozó ember” a legfőbb alakja, akit az

altruizmus eszménye irányít (Lev, 2023a, 63). Lev kritizálja a hagyományos pszichoanalízist, amiért az túlhangsúlyozza az individuális, énközpontú emberképet, és közben elhanyagolja a szubjektum egyéb lehetséges önmegélési módjait, a szelf transzcendenciáját, a nem-én-központú létmódokat (Lev, 2023a).

Lev más elméletekből kölcsönzi a szent tudattalan és a spirituális ösztön fogalmát (Grotstein, 2006; Rubin, 2006). Érvelése szerint a spirituális ösztön legalább olyan jelentős, mint a libidinális. Az ugyanis a hit keresésére ösztönzi az embereket, a terapeuta feladata pedig ezen ösztön elfojtások alóli felszabadítása. A szent tudattalan megismerésére, feltárására olyan utak kínálóznak, mint a Jung-féle szinkronicitás jelenségeire való tudatos figyelem, vagy a korábban említett DLE-k, vagyis az álomszerű események terápiás feldolgozása (Jung, 1952).

A DLE-ket a páciens egyedül éli át, kapcsolódhatnak ugyan a terapeutához is, de alapvetően nem személyközi dimenzióban jelennek meg. A DLE olyan külső, valós eseményt jelöl, amely vitális, gyakran tudattalan részét képezi a páciens lelki életének. Elemzésükkel következtetni lehet vágyakra és elfojtott tartalmakra egyaránt. Ahogyan az álmok, úgy ezek az álomszerű események is kompenzatorikus jelleggel bírhatnak az egyoldalú tudatos beállítódás miatt – állítja Lev Jung gondolataira utalva (Jung, 1948) Funkciójuk lehet továbbá az érzelmek kommunikációja, melyet a személy tudatosan, ébrenléti állapotában valamilyen gátoltság miatt képtelen megvalósítani. Lássunk néhány példát az álomszerű eseményekre, melyeket Lev saját terápiás tapasztalatából merít:

Egy fázis

T. öt éve vált el feleségétől, azonban még mindig reménykedik abban, hogy újra egy pár lehetnek. Fiát és feleségét igyekeznek minduntalan visszacsábítani, ismét egy családdá válni velük, annak ellenére, hogy volt felesége több alkalommal is világossá tette: nem megy vissza hozzá. A férfi a válás után is közös házukban maradt, míg a volt felesége a fiával új lakásba költözött. Egy hideg téli napon a fűtés elromlott T. házában, épp, amikor fia is nála volt. Kiderült, hogy a környéken csupán nekik van *egyfázisos* fűtőrendszerük, mindenki más *háromfázisos* rendszerrel fűt, ezért a szomszédoké nem romlott el. Nemcsak szörnyen kihűlt a lakás fűtés nélkül a téli éjszaka során, de reggel még a bejárati ajtózárral is elromlott. Minthogy az ajtón nem tudott kimenni, T. fia amiatt, hogy ne késsen el az iskolából, kiugrott az ablakon. Annak ellenére, hogy a földszinten laktak, T. elmondása szerint ez veszélyes volt (Lev, 2023b, 3).

Lev értelmezésében ez a furcsa, már-már szürreális eset azt szimbolizálja, hogy T. nem akar szembenézni a realitással: egy érzelmileg kilátástalan, múltbéli helyzetben ragadt, még mindig ugyanabban a *fázisban*, amiből képtelen kilépni. T. saját helyzete kilátástalanságát e reális, ám szimbolikus eseményként kezelt eset terápiás elemzésekor képes volt minden korábbinál mélyebben átérezni, és új perspektívából tekinteni addigi viselkedésére. A „bennragadtság” és a „továblépés képtelensége” mint probléma sokkal inkább megragadhatóvá vált számára (Lev, 2023b).

Amikor 94 éves vagyok

C. negyvenes éveiben járó nő páciens, aki régóta nem talál párt magának. Zárkózott életmódjára utalva Lev néhányszor azt találta mondani: úgy él, mintha 94 éves lenne, féltő, ha így folytatja, élete végén megbánja, hogy elszalasztotta életlehetőségeit. Az egyik ülésen páciense lelkesen érkezett és elmesélte, milyen hihetetlenül furcsa találkozásban volt része. Egy kávézóban idős hölgy invitálta őt, hogy üljön mellé, majd órákon keresztül beszélgettek. A hölgyről kiderült, hogy 94 éves. Örömmel mesélt C.-nek életéről, akinek közben az a benyomása támadt, mintha leendő önmagával beszélgetne. Ami még inkább meglepte, hogy az idős hölgy unokájának neve nagyon hasonlított az övéhez. Ugyanezen az ülésen C. elkezdett mesélni nagymamájáról. Kiderült, hogy mindkét nagymamája jobban szerette őt, mint testvérét, ezt azonban titokban kellett tartania, melynek úgy véli, több jelentős következménye is volt élete alakulására. Ez az információ fontos élettörténeti adaléknak bizonyult, és új lendületet vett a terápia (Lev, 2023b, 4).

Az idézett DLE-k jól illusztrálják, miszerint ezen álomszerű események jelentősége a terápiában elsősorban az, hogy a páciens megtapasztalja a kapcsolódást külső és belső realitás között. Lev szerint egy lehetséges megközelítése az álomszerű események értelmezésének Bion alfa funkcióról alkotott elmélete. Bion szerint az ingerek elsőként jelentés nélküli, megemésztetlen töredékeként tűnnek fel. Ezeket az ember átalakítja aztán alfa elemekké, azaz megélhető gondolatokká, érzésekké. Ha ez valamiért nem történik meg, akkor béta elemekként maradnak meg, amelyek nem tudatosak, nem hordoznak jelentést, ezért elfojtani sem lehet őket, hiszen nincs mit. Ebből következően, ha a páciens nem tudja átalakítani az érzelmi élményeit alfa elemekké, akkor nem tud álmodni (Bion, 1962). Az álomszerű eseményekkel való terápiás munka útján azonban elkerülhető a béta elemek feltorlódása és azok pusztító érzelmi viharokként való kitörése. Azaz a DLE-kben rejlő potenciál azok számára is kiaknázható, akik nem emlékeznek az álmaikra (Lev, 2023a).

Azoknak a kételkedő pácienseknek, akik vonakodnak elfogadni azt, hogy a DLE-kre mint szimbólumokra tekintsenek, és inkább azt állítják, egyszerűen csak elmeséltek valamit, ami megtörtént velük, Lev az mondja: számos esemény történik velük, ám ezek közül csupán néhány kerül be a terápiába. A DLE-k olyan történések, amelyek foglalkoztatják valamiért a páciens, még azok megtörténte után is. Annak pedig jó oka van, hogy elmondják ezen eseteket a terápián. Pontosan ez ad nekik specifikus jelentést, pszichés értéket, valamint motivációt a mögöttes tartalmak feltárásához. A DLE-k akkor sem veszítenek terápiás potenciáljukból, ha merő véletlennek tekintik azokat a páciensek. Lev ugyanakkor beemeli az interpretációs érveibe Bion "O" fogalmát, amely a végső valóságot és igazságot úgy jeleníti meg, melyet nem lehet megismerni, de lehetséges eggyé válni vele (Bion, 1970). A DLE-k e lencsén keresztül olyan események, melyek a teljességet fejezik ki, eltüntetve a különbséget külső és belső, múlt és jelen között. Lev állítása szerint ez az új út, akárcsak az álomelemzés, segít felismerni a belső pszichés valóságban rejlő értelmet, segítségével pedig a külvilágot nem csupán kaotikus események egymásutánjaként

észleljük majd. Az értelemkeresés válságos korában ez fontos jelentésekkel gazdagíthatja a külső valóságot.

A spirituálisan szenzitív pszichoanalízisről módszerei, a meditatív állapotok, a tudatos jelenlét megteremtése a terápiás térben, az élet alapvető céljaival való foglalkozás, a célok elengedésének technikája, valamint a DLE-k elemzése, mind olyan változást hozhatnak létre a valóság érzékelésének módjában, mely a terápia mintegy melléktermékeként, növelheti a mások felé tanúsított együttérzést és szeretetet. A Lev-féle módszer nem kíván ugyanakkor dogmatikus, előíró jellegű formában fellépni, sokkal inkább lehetőséget nyújt a hit megértésére, mély átélésére. A misztikus tapasztalat mint a lelki egészség egy lehetséges kifejezése jelenik meg ebben a terápiás keretrendszerben, hiszen azok az emberi lét teljességének átéléséhez segítenek hozzá. Ugyanakkor az irányzat dogmamentességének némiképp ellentmondani látszik az, miszerint Lev a spirituálisan szenzitív pszichoanalízis elemeire *szent* elemekként hivatkozik (Lev, 2023a, 87). Ennek kapcsán a szerző hangsúlyozza, hogy a *szent* szót Rizzuto (2009) értelmezésében használja, aki szerint az analitikus munka azért szent, mert az ember csak áhítattal és tisztelettel léphet be a másik belső terébe „ezen egyedülálló terület szakralitása miatt” (Rizzuto, 2009, 201). Figyelemreméltó, hogy Julie Reshe negatív pszichoanalitikus szintén szentként hivatkozik több alkalommal ateista megközelítésmódjára. A következő fejezetben megvizsgálom, miben is áll pontosan e negatív szentség és milyen módon hat a terápiás gyakorlatra.

A negatív pszichoanalízis terápiás gyakorlata

A negatív pszichoanalízis a hagyományostól eltérően nem próbálja magát a segítség és gyógyítás szándékán keresztül meghatározni, nem fedi el belső hasadtságát, és ezzel egyfajta belső, „szent belső pszichoanalízissé” válik, amelyről így ír Reshe: „A profán pszichoanalízissel szemben nem válik hűtlenné a belső hasadtságához, azzal, hogy gyógyulást és megváltást ígér. [...] A negatív praxis nem menekül pozitív illúziókba, ehelyett méltóságteljesen szembenéz létünk negatív magjával, ahol mindannyian reménytelenül össze vagyunk kapcsolva, ugyanakkor mégis szétválasztva...” (Reshe, 2023, 138). A negatív pszichoanalízist máshol „senki számára nem nyitva álló, szent negatív templomnak” is hívja a szerző (Reshe, 2023, 136). Könyvében a szent szó még egy ízben felbukkan, utalva az 1920-as Freudra: „Másfelől van egy negatív szándékossága a pszichoanalízisnek, amely számomra a belső szent dimenzió. Ez Freud gondolkodásának tragikus oldala, amely sötétségével világítja meg későbbi munkáit” (Reshe, 2023, 8).

A fentiekből következően nem meglepő, hogy a negatív pszichoanalízisnek nincs formális terápiás gyakorlata. Reshe szerint a terapeuta-pozíció magában hordozza a megváltás hamis ígérését. Ehelyett szemléletmódként képzelem el a szerző a negatív gyakorlatot, amely a hétköznapi interakciókba integrálható. Honlapján lehetőség van időpontot foglalni online negatív terápiás, vagy negatív tréning foglalkozásokra².

² A honlap elérhetősége: <https://www.juliereshe.com>

Ebben az online vagy a mindennapokba illesztett negatív térben az emberek szabadon vállalhatják legteljesebb önmagukat, azaz nem szükséges többé elrejteni a bennük rejlő hiányt, az abból eredő szenvedést és annak intenzitását. Nem szükséges úgy tenniük, mintha jól lennének, vagy épp a javulás, gyógyulás folyamatán munkálkodnának, és attól sem kell tartaniuk, hogy mások „megjavítani” igyekeznének őket. A stigmatizáció félelme nélkül vállalhatják a résztvevők létük abszurditása, értelmetlensége feletti közös gyászukat. Ebben a tragikus dimenzióban a szubjektum önfeláldozó és gondoskodó minősége válik hangsúlyossá, sajátos, negatív fénytörésben. A gondoskodás abban nyilvánul meg, hogy az ember odafordulva, valóban meghallgatja a másikat, azaz elviseli annak negativitását. E gondoskodásnak azonban nincsenek pozitív következményei: nem várhat senki örömet, nem múlik el a szenvedés, azaz nem válik érezhetővé az altruizmus diadala. Igaz, a pozitív érzések tettetésével, vagy az izoláció miatti plusz terhekkal sem kell megbirkóznia az egyénnek. A gondoskodás Reshe szerint a szubjektum lényegéből fakad: mindannyian gondoskodó, ilyen értelemben *feminin* jellegűek vagyunk. A független, individualista, örömkereső emberkép elfedi az ember igazi valóságát.

Reshe minden olyan szubjektumot, ami külső célokat (még ha spirituálisakat is) állít fel a maga számára, és a fejlődésért (akár lelki síkon) küzdeni próbál – ilyen értelemben a vallásokat, hitrendszereket is, amelyek megváltást ígérnek – maszkulinnak nevez. A gondoskodó szubjektum egyben önfeláldozó. Levhez hasonlóan, habár egészen más módon, az önfeláldozás ebben a negatív térben sem destruktív aktus, hiszen – minthogy a hiány alkot minket – amikor a negatív dimenzióban önfeláldozásról beszélünk, akkor a semmit, azaz a hiányt áldozzuk fel. Nem lehet azonban önfeláldozásról beszélni, ha az valamilyen (bármilyen) cél érdekében történik. Az az elképzelés, miszerint a kapcsolatainkért feláldozzuk önmagunkat, Reshe szerint illúzió, hiszen a hiány alkot mindannyiunkat, ezért nincs semmink, amit feláldozhatnánk. A negatív szubjektum tudja, hogy a semmiért áldozza fel magát, mégis újra és újra megteszi azt, ez pedig maga az ismétlési kényszer. A negatív pszichoanalízis emiatt valójában nem kúra (*cure*), hanem gondoskodás (*care*). Még hozzá leginkább a palliatív ellátáshoz (*palliative care*) hasonlít, amennyiben – hacsak a gondoskodást nem szakítjuk félbe egy ponton, és kitartóak vagyunk – az mindenképp tragikus véget ér. Szerencsés esetben – mondja Reshe – képesek vagyunk elfedni létünk fájdalmát, és megfeledkezni arról egy időre. A létezés tulajdonképpen maga ez a menekvés, ám ezzel párhuzamosan e menekvésnek a kudarca is. Semmi nem lesz jobb, nincs megváltás, nincs olyan módszer, stratégia, mely radikális javulást vagy megoldást hozna bármire: létünk történetének nem lesz boldog vége. Mi magunk vagyunk a helyrehozhatatlan nyomorúság és szerencsétlenség. Ebben a reménytelen helyzetben ugyan mind együtt vagyunk, ám mégis mindenki a saját magányában. Senki nem tudja, mit kéne tenni és senki nem tud megmenteni minket. Legfeljebb azzal lehet megbékélni, hogy senki nem lopta el a boldogságunkat, a szerencsénket – sem a szüleink, sem a politikusok, sem mások (Reshe, 2023).

Reshe tisztában van azzal, nem túlzás azt mondani, hogy a negatív pszichoanalízis ilyen értelemben a pszichoanalízis paródiája. Minthogy azonban nem ment meg senkit, még önmagát sem, így éppen ez az a forma, amely által autentikusan létezni tud. A szerző nem ajánlja senkinek a negatív gyakorlatot, nem kíván negatív messiássá válni.

Nem tanácsolja, hogy menjünk, és osszuk meg egymással létezésünk szenvedését. Megértést tanúsít az iránt, ha inkább otthon maradunk, és nem tesszük ki magunkat a kapcsolódásból eredő fájdalmaknak.

Mint állítja, a kötődést szintén a megosztott üresség hozza létre. Érzékletesen fejezi ki ezt a megállapítást a híres lacani mondás idézet: „a szeretet az, amikor olyasmit adunk, ami nekünk sincs” (Lacan, 1960 – 1961/1997, 26). A lacani elméletben a gyermek egészen korán megpróbál ráhangolódni az anyára, azaz a másik vágyára, és annak megfelelni. Elsősorban azt szeretné, ha az anyja vágyának tárgyává válhatna. Azonban az anyát is a tudattalan vágyai vezérlik, ezért a gyermek azokat képtelen kitalálni, megfelelni azoknak. Identitását az alakuló szubjektum e köré a vágy, és az azzal járó hiányérzet köré szervezi. Ez a dinamika pedig a későbbi felnőtt élete során is végigkíséri az egyént, aki úgy érzi, csak akkor fogja tudni betölteni a belső űrt és megszüntetni az annak nyomán keletkező szenvedést, ha beteljesíti vágyait. Ám ezek mindig mások vélt vágyai lesznek. Ha az egyén internalizálta ezt az elképzelt külső szemlélő által megjelenített vágyat, akkor azt már a sajátjaként éli meg, mégpedig olyan formán, hogy valamilyennek látni szeretné önmagát. Mindeközben az is foglalkoztatja, vajon ő mit jelent mások számára, mint mások vágyának lehetséges tárgya. Ebben a rendszerben nincs lehetőség a beteljesülésre, hiszen egymás vélt vágyai jelentik a konstituáló erőt, amelyet mindig csupán elvéteni lehet, ez pedig félreértelmezések végtelen sorozatához vezet az élet folyamán. Az emberek a hiányon keresztül kapcsolódnak, a köztük lévő szeretetet pedig a bennük lévő hasadtság hozza létre (Neill, 2023).

A hiányon keresztüli kapcsolódásra olyan gyakorlati példákat említ Reshe, mint a szakítás vagy a másik távollété. Paradox módon ezekben a fájdalmas helyzetekben éljük át leginkább a másik jelenlétét, illetve azt, hogy maga a kapcsolódás az, ami meghatároz minket. Éppen ezért a kapcsolódással járó fájdalom, hiányérzet megtapasztalásakor kerülhetünk igazán közel a minket alkotó űrhöz, és érezhetjük meg, hogy nem vagyunk önálló individumok. A fájdalommentes kapcsolat elképzelése csupán kísérlet létünk alapjai, azaz a rettegés, a fájdalom és a kétségbeesés előli menekvésre. A szeretet az, amely létrehoz, de meg is öl minket – mondja Reshe. Az embert alapvetően élőhalottnak tekinti, minthogy a sorozatos traumái által újabb és újabb belső halálokat él meg, miközben úgy tesz, mintha ez nem történt volna meg vele. A traumát Reshe nem tartja sem gyógyíthatónak, sem gyógyítandónak. Azt a létről megtapasztalt közös tudásnak tekinti, amelyet mindenki egyéni módon él át.

Habár lacani alapokon (is) nyugszik elmélete, a *jouissance* koncepcióját Julie Reshe nem tekinti integrálhatónak a negatív pszichoanalízisbe. Mint hangsúlyozza, egyfelől igaz ugyan, hogy szemben a tiszta örömmel, a *jouissance* megidézi a fájdalmat és az örömet egyaránt, így „túl van az örömelven” (Lacan 1973/1994, 184). Ez a logika a freudi halálösztönt tükrözi: mindkettő önelgáncsoló természetű, az egyensúly és az öröm ellen dolgoznak, így pedig szenvedéshez vezetnek. A *jouissance* tehát alapvetően pesszimista fogalom, a negatív pszichoanalízis számára azonban mégsem eléggé az. Ha ugyanis a szenvedésről szóló diskurzust a *jouissance* keretei közé helyezzük, akkor a szenvedés megragadhatatlanná válik, ugyanis az örömelv általános mechanizmusának részévé redukálódik. Noha *jouissance* jellegű élménykor az élvezet elkerülhetetlenül fájdalomhoz vezet, de ennek ellenkezőjét is magában

foglalja: a fájdalom egyben örömet jelent. Ebből következik, hogy a szubjektumot az élvezet hajszolása vezérli, még akkor is, ha saját maga az, aki szabotálja önnön örömét. A *jouissance* tárgyalásakor végső soron az ember az örömhöz való kapcsolódásáról beszél, még úgy is, ha annak hiányáról, lehetetlenségéről, fájdalomáról van szó. Egy hedonista, utilitarista, élvhajász szubjektum képét felfestve, a fogalom nem képes adekvát módon megragadni a szenvedés minőségét, ennél fogva pedig aláássa a halálöszön szubjektumának konceptualizálását (Reshe, 2023).

Reshe szerint mind a pozitív, mind a negatív beállítottság egyfajta traumaválasz. Nem gondolja, hogy a pesszimizmus, a negatív attitűd a pozitív gondolkodásúak fölé emelne, mely vélekedés szerinte meglehetősen gyakori értelmiségi körökben. Abban sem biztos, az ember képes-e egyáltalán ilyen vegytisztán megragadni a szenvedést, a negatív minőséget, anélkül, hogy pozitívba fordítaná azt. Mindenesetre Reshe kísérletet tesz rá, hűen az 1920-as Freud „felhígítatlan” szelleméhez. Természetesen nem zárja ki az élet örömteli eseményeit sem, azonban ezek a szerző szerint inkább kivételnek számítanak, mintsem szabálynak.

Fogalmak

A továbbiakban olyan fogalmakat hasonlítok össze, amelyek valamilyen módon megjelennek mindkét irányzatban. Ilyen a depresszív pozíció, az istenkép, és az egészségről alkotott elképzelés. Ezek elemzésével igyekszem megragadhatóvá tenni az elméletek közös pontjain túl a köztük feszülő elemi különbségeket.

Depresszív pozíció

A spirituálisan szenzitív pszichoanalízis elméletében a két klasszikus kleini pozícióhoz egy harmadik társul, mégpedig a pszichoanalitikus, Grotstein által leírt transzcendens pozíció (Klein, 1935). Innen szemlélve – állítja Lev – felismerhető az izoláltnak, stabilnak tűnő én illuzórikus volta. Grotstein szerint a transzcendens pozíciót nyugalmi állapot jellemzi, amelyet az ember azt követően érhet el, hogy megtapasztalta a paranoid-skizoid pozíció „rémálmait”, valamint a depresszív pozíció „fekete lyukait és belső gyászos katedrálisait”. Így ez egyén végül képes megbékélni a „tiszta, hamisítatlan lét” és történés tapasztalatával (Grotstein, 2006, 282). Azaz ebben a keretrendszerben a depresszív pozíció egy meghaladni hivatott átmeneti állapotot jelöl, ahonnan van kiút.

A negatív pszichoanalízis szubjektumának – talán mondhatjuk így – diszpozíciója maga a depresszív pozíció, amelynek „belső gyászos katedrálisából” nincs menekvés. Julie Reshe könyvének alcímében szereplő depresszív realizmus kifejezés egy hipotézist jelöl, mely szerint a depressziós személyek jóval realisabban látják az őket körülvevő világot, mint a nem depresszívek. Bár a depresszióban szenvedőkről azt gondolják, hogy negatív kognitív torzítással szemlélik a világot, a depresszív realizmus érvelése szerint ez a negativitás pontosabb képet mutat a világról, és épp a nem depressziós egyének megítélése az, ami pozitívan elfogult. Példaként az ismert

mondást említi egy előadásában Reshe (2021): ami nem öl meg, az megerősít. Tipikus példája ez, mondja, a pozitív elfogultságnak, amikor is képtelenek vagyunk látni, egy másik mondásra utalva, hogy a pohár másik fele sincs tele és az a nagymértékű szenvedés, ami nem öl meg, egyáltalán nem biztos, hogy megerősít, sőt. Reshe felhívja a figyelmet, hogy a depresszív realizmus perspektíváján keresztül nem csupán önmagunkat és a világot látjuk tisztábban, hanem az a kapcsolataink reális megítélését is elősegíti (Reshe, 2023).

Istenkép

A vallásokra jellemző hagyományos Isten-fogalom helyett a spirituálisan szenzitív pszichoanalízisben elsősorban a személyes spirituális tapasztalat áll a középpontban. Lev több ízben leírja, hogy az általa felvázolt pszichoanalízis segít közelebb kerülni a numinózumhoz, illetve annak átéléséhez. A fogalom eredetileg Otto Rudolf nevéhez fűződik, ám Lev azt nem a maga teljességében ülteti át saját elméletébe: kihagyja a tapasztalatot kísérő, negatív, megrendítő, félelmet keltő érzéseket (Otto, 1917). A spirituális élményt Lev alapvetően szeretetteljes tapasztalásként ragadja meg, amelyet kizárólag pozitív érzések jellemeznek.

A negatív pszichoanalízis a nietzschei „halott Istenből” indul ki, ám azt sajátosan értelmezi, mivel Reshe szerint a német filozófus elképzelése még mindig egy isten által elhagyott gyermek világszemléletére utal. Reshe ehelyett egy érettebb képet kínál, amelyben az ember mint Isten gyászoló szülője tűnik fel, elsősorban gyászoló szülőanyja (Nietzsche, 1926, 142). Ez már – mint vallja – egy valódi felnőtt pozíció, hiszen Istent nem helyezi semmilyen értelemben az ember fölé. Ehelyett az ember egyénileg és közösségleg is elgyászolja, sajnálja ezt a furcsa, meg sem született vagy eleve halott gyermekét, melyet ő teremtett (Reshe, 2024a).

Előítéletek

Habár mindkét szerző igyekszik fenntartani a nyitott hozzáállást, azaz kitárni az elfogadás kapuit azok számára is, akik nem azonosulnak nézeteikkel, a sorok között olvasva mégis kölcsönösen kirajzolódik valamiféle megbélyegzés az „ellenoldal” képviselői felé. Lev például hangsúlyozza, mint fentebb láttuk, hogy az analízist nem befolyásolja az, a páciensnek vagy a terapeutának van-e bármilyen spirituális érdeklődése. Ha mindkettőjüknek van, mondja, akkor azt felhasználhatják spirituális céljaik előmozdítására. Ha egyiküknek sincs, akkor kevésbé inspirálja őket ez a szemléletmód. Lev azonban figyelmen kívül hagyja azt az lehetőséget, ha egyikre jellemző a spirituális beállítódás, míg a másik félnek nincs ilyen affinitása. A probléma illusztrálásaképpen egy valódi esetet – a felismerhetőség elkerülése miatt – némi módosítással ismertetek. X illető terapeuta ismert és elismert szakember. Az egyik ülésen páciense arra panaszkodott, hogy egy jó ideje nem tud aludni. A terapeuta ezt követően váratlanul odament az asztalához, és elővett a fiókjából négy apró kövecskét. Odanyújtotta azokat páciensének, majd hozzátette: ezeket tegye az ágya köré éjszakánként, meg fogják hozni a kívánt eredményt. Hiába állt ellen a páciens, visszautasítva a köveket, mondván, ő nem hisz ilyesmiben, a terapeuta ragaszkodott

hozzá, hogy csak vigye el. Mindezt értetlenül és csalódottan vette tudomásul a páciens, mivel az élmény olyan volt számára, mintha valamiféle szakadást élne meg a kapcsolatban, hiszen a terapeuta képtelen volt figyelni rá és az igényire.

Ehhez hasonló élmények megelőzése miatt Lev kiemeli, mennyire fontos, hogy a terapeuta tisztában legyen saját spirituális törekvéseivel, illetve azzal, ahogyan azok megjelenhetnek az áttételi érzésekben. Lev ilyen irányú reflektáltsága ellenére érdemes azonban közelebbről is megvizsgálni a spirituálisan szenzitív pszichoanalízis által közvetített egészségképet. Kitűnik, hogy habár az irányzat igyekszik inkluzív lenni az ateistákkal szemben, mégis stigmatizálja a hit hiányát. Lev Rizzutot idézve mondja, hogy „a hit nélkülözhetetlen az elme (*mind*) normális működéséhez” (Rizzuto, 2003, 2). LaMothe-tól pedig a következő kijelentést citálja: „nem lehetséges élni hit nélkül” (LaMothe, 2009, 372). Ezek az állítások radikális és kizáró jellegű üzenetet közvetítenek, mely mindenképpen ellentmond Lev tudatosan képviselt befogadó, elfogadó attitűdjének.

Reshe mondanivalóját a vonatkozó szempontból vizsgálva kijelenthetjük: az ő gondolkodásmódja sem mentes értékítéletektől, vagy egyenesen leértékelő megjegyzésektől, hiszen a reménykedő, hívő embereket menekülőkként láttatja, miközben saját attitűdjét pedig a valósággal való „méltóságteljes” szembenézésként értelmezi. Azaz hinni bármiben, akármiben, mégiscsak gyávább és kevésbé méltóságteljes, mint a hit minden formáját elvetni.

Negatív és spirituálisan szenzitív terápiás intimitás mint utópia

Az pszichoanalitikus térben megjelenő intimitás meghatározása gyakran ellentmondásos, nehezen megfogalmazható és ráadásul az idők során gyakori változásokon ment keresztül. A definíciókban mégis közös törekvés, hogy azok valamilyen kapcsolati utópiát fejezzenek ki páciens és analitikusa között. Amikor a terápiás intimitás meghatározását kutatjuk a szakirodalomban, felfigyelhetünk arra, mennyire gyakori a fogalmat kifejező kulcsfontosságú melléknevek felsőfokú használata, mint a legbensőbb, legközelebbi, legautentikusabb, leginkább önmaga, legprivátabb stb. (vö.: Levenson, 1974, 360; Ingram, 1991, 404). Szintén visszatérő a maximum vagy az optimális jelző az egyes definíciós kísérletekben (Ehrenberg, 1974, 425). Míg a maximum a fent említett, általánosan jellemző felsőfokúságot tükrözi, addig az optimális egy kívánatos, se nem túl távoli, se nem túl közeli viszonyt hivatott jelölni, ez ugyanis a kapcsolódás ideális képzete szempontjából szintén alapvető. Az intimitás megélése tekintetében visszatérő, kulcsfontosságú tényező továbbá a legbensőbb én szabad kifejezése a terápiás térben, valamint az ezzel járó kölcsönös sérülékenység vállalása terapeuta és páciens részéről egyaránt (Singer, 1977).

A spirituálisan szenzitív és a negatív pszichoanalízisre tekinthetünk utópiákként, hiszen mindkettő a maga sajátos dimenziójában felvázol egy ideális kapcsolódási módot. Előbbi az egót illúzióként felismerő, altruisztikus emberek spirituális közössége, míg utóbbi a reménytelen helyzetüket tudatosító, szenvedő emberek gondoskodó közössége. Vajon hogyan jelenik meg a legbensőbb én fogalma és a

kölcsönös sérülékenység, azaz milyen a terápiás intimitás természete ezekben a sajátos dimenziókban?

A spirituálisan szenzitív pszichoanalízis perspektívájában a terapeuta kettős, azaz kontrollált és szenvedélyes szeretetéről a következőket írja Lev: „az ilyen szeretet *maximális* tudatosságot követel és *minimális* kapcsolódást az egóhoz” (Lev, 2023a, 93). Végso soron pedig a cél az, hogy ezt a páciens is megvalósítsa. „Ekkor képesek leszünk a legmélyebb szeretetteljes érzéseket (nem empátiát) érezni, így munkánk valódi pozitív kimenetelére számíthatunk” (Lev, 2023a, 98). Lev szemszögéből a legvalódibb, legbensőbb én az az én, amely mindinkább megszabadult egójától, de legalábbis egyre kevésbé kapcsolódik ahhoz. Ami a kölcsönös sérülékenységet illeti, ez nem létezhet e keretrendszerben, hiszen a guruszerű szeretetre képes terapeuta, minthogy már túllépett az egóján, így sérülékenységet sem engedhet meg magának. Páciensét tehát inkább tanítja, példával jár előtte, nem vitatkozik. Amint az már fentebb szóba került, ez a terapeuta-kép lényegesen közelebb áll a freudi objektív, nem bevonható, nem bevonódó terapeuta elképzeléséhez, semmint a kapcsolati analízis vívódó, sérülékeny analitikusához.

A negatív pszichoanalízis esetében szintén nem beszélhetünk *sérülékenységről*, de épp ellenkező okból. Első ránézésre ebben a közegben sérülékenységünk megmutatása kulcsfontosságú. Ha közelebről megvizsgáljuk azonban, ez a sérülékenység olyannyira abszolúttá válik, hogy felszámolja a terapeuta-páciens szerepkört, és ezzel magát a sérülékenységet is, és két végletesen sérült embert látunk. Erről eszembe jut egy könyvbemutató, melynek során analitikusok elemezték saját élményeiket a Covid-járvány idején tartott üléseikről.³Többen beszámoltak arról, mennyire nehéz volt bármit is mondani a járvány miatt szorongó pácienseiknek, hiszen ők is éppen emiatt aggódtak: „mindannyian ugyanabban voltunk”. A negatív pszichoanalízis úgy gondolom pontosan ezt az érzést akarja megragadni, kiterjesztve az élményt a pandémia időszakán túl magára az életre és a terapeuta-páciens kapcsolatra általában.

Reshe szerint a *legintimebb* módja a kapcsolódásnak, amikor közvetlen érintkezésbe kerülünk a szívünk legmélyét alkotó fájdalommal: a hiány fájdalmával, amely alkot minket. „A szubjektum magva, a szíve *legbensőbb* része maga a megsemmisülése, a halála. Amikor az ember kapcsolatba kerül önmaga belső, üres magjával, akkor feltárul az ősi úr, amire óriási fájdalommal reagál: szorongás, melankólia, agónia, pánik, és depresszió formájában fejeződik ki” (Reshe, 2023, 17).

Mindezekből arra a megállapításra juthatunk, hogy a terápiás intimitás valójában nem jelenik meg egyik irányzatban sem, amennyiben elfogadjuk, hogy az intim kapcsolódás átélésének feltétele a legbensőbb én kifejezése és a sérülékenység kölcsönös feltárása. Ugyanis a két megközelítés által körvonalazott spirituális és negatív szubjektum legbensőbb énje egyaránt kizárja a sérülékenység átélését. Reshe a végletes sérültség, míg Lev a sérthetetlenség végpontját jelöli ki egy képzeletbeli skálán, holott az intim tapasztalatnak helyet adó mozgástér épp ezen extrémítások között van. Ott, ahol a földi életnek még van tétje, ahol van értelme küzdeni és ezzel önmagunkat a lehetséges sérülésektől féltetni.

³ Bokor László *Társadalom, trauma és a szelf viszontagságai* c. könyvének bemutatója, elérhető: <https://www.youtube.com/watch?v=jTmPinasgBQ>

Mínt hogy a pszichoanalitikus terápia kulcseleme az intimitás megteremtése, így joggal vetődhet fel a kérdés: nevezhetjük-e egyáltalán e két megközelítésmódot pszichoanalitikus terápiás irányzatnak? Amennyiben nem ragaszkodunk ez első munkadefinícióinkhoz, és az intimitás fogalmának leírására választunk egy másikat, amely jóval megengedőbb, akkor talán igen. Ennek kapcsán indokolt Levensont (1981) idézni, aki szerint az intimitás meghatározása meglehetősen szubjektív aktus. A definícióalkotással a legfőbb probléma Levenson szerint az, hogy egy ennyire komplex és nehezen megragadható fogalom esetén az egyik ember értelmezése könnyen megfoszthatja a másikat attól a jogától, hogy intimitásnak érezze és élje meg azt az élményt, amit önmaga annak nevezne. Tanulmányában Levenson sorra veszi a különféle pszichoterápiás irányzatok intimitásfogalmait, és kimutatja, ha ezekre a meghatározásokra mint retorikai koncepciókra gondolnánk, elejét vehetnénk az intimitás körüli „elkeseredett vitáknak” (Levenson, 1981, 4). Egészen pontosan ezt állítja: „jó lenne megérteni, hogy amikor intimitásról beszélünk, akkor nem egy konkrét fogalomra gondolunk, hanem inkább egy álláspontot foglalunk el, és arról vitatkozunk, miként látjuk a terápiát, annak céljait, illetve saját szerepünket” (Levenson, 1981, 4). Amennyiben elfogadjuk ezt az álláspontot, azt mondhatjuk: a negatív és a spirituálisan szenzitív pszichoanalízis egyaránt sajátosságos, ám érvényes terápiás intimitásfogalommal rendelkezik. Hiszen a levensoni perspektívából nézve hogyan is vitathatnánk el, ha valaki a legintimebb terápiás élményeként valamiféle spirituális jellegű tapasztalatot nevez meg? Vagy épp valaki másnak a legsötétebb, legreménytelenebb énje „kaphatott szót” a terápiás térben és számára az jelenti legintimebb élményt, amikor ilyen módon fejezheti ki önmagát, pontosabban önmaga hiányát. Mindezt pedig mindkét esetben a stigmatizáció félelme nélkül tehetik meg.

Ehhez kapcsolódóan egy felvetéssel zárnám e fejezetet: noha ismét hangsúlyozni szükséges, szélsőséges irányzatokkal van dolgunk, ám lehetséges, hogy pontosan e minőségüknél fogva képesek rámutatni a páciensek terapeutákkal kapcsolatos legmélyebb vágyaira: a terapeuta egyrészt legyen szakértő, tanító, aki birtokolja a tudást, és vezeti páciensét, ugyanakkor ne csupán hivatástudatból mutasson empátiát, hanem valóban, feltételek nélkül, szenvedélyesen szeresse őt. Ezt ígéri ugyanis Lev. Egy másik, hasonlóan alapvető vágy pedig Reshe elméletében kap fontos szerepet: az abszolút elfogadás, amely olyannyira kiterjedt a negatív terápiás térben, hogy magát a javulást sem forszírozza. A szenvedőnek így nem kell attól tartania, hogy „túl sok” lesz a másik számára, ráadásul azzal sem tud csalódást okozni, ha esetleg nem mutat fejlődést. Tekintheünk tehát úgy is e két megközelítésben rejlő terapeuta képre, mint amelyek reagálnak azokra az infantilis, ám a legtöbb páciensben valamilyen mértékben jelen lévő vágyra, mely analitikusuk felé irányul.

Mit szólna mindehhez Freud és Lacan?

Nem Gideon Lev az első, aki foglalkozik a lacani elmélet és a keleti vallások kapcsolatával. Számos tanulmány és könyv íródott a lacani pszichoanalízis és buddhizmus összefüggéseiről (lásd: Makise, 2017; Purser, 2011; Moncayo & Yu, 2022).

Ezekben visszatérő közös elemekként láttatják a szerzők – egyebek mellett – az ego hiányát és a vágy természetének illuzórikus voltát, továbbá rendszerint kiemelik a meditáció és pszichoanalízis bizonyos átfedéseit, amelyeket a fentiek szerint Lev is hangsúlyoz. Slavoj Žižek kritikát fogalmaz meg több írásában is ezzel az összevetéssel, ahogy mondja: az „elkeseredett lacano-buddhisták” szemléletmódjával szemben (Žižek, 2023, n.o., 19. bekezdés). *Why Lacan is not a Buddhist?* című írásában Žižek (2023) a látszólagos hasonlóságokon túl rámutat több olyan alapvető különbségre a lacani pszichoanalízis és a buddhizmus között, amelyeket figyelembe véve egyértelműen tévesnek látszanak a párhuzamokat hangsúlyozó érvelések. Žižek gondolataiból hármat emelnék ki ezúttal.

A buddhizmus leírja, miként szabadulhat meg az egyén fokról-fokra a másokat dominálni kívánó egoisztikus szemléletmódjától, illetve attól, hogy rabszolgájává váljon saját vágyainak. Ezen az úton – érvel Žižek – úgy tűnhet, Freud és Lacan csak félútig jutottak, hiszen világosan látták az ego uralmának öndestruktív természetét, mégis figyelmen kívül hagyták az egót meghaladó tartományt, amely a belső béke és boldogság világa. Žižek szerint azonban éppen ellenkezőleg, Freud és Lacan számára, amit a valóságunk ellentmondásain túl érzékelünk, az mindössze projekció. Míg a buddhizmusban a vágyak, az ego illúziójának elpusztítása óhatatlanul összekapcsolódik egy pozitív, együttérző, „felébredt” valóság megszületésével, addig Lacan szerint e „megtisztult”, buddhista vágy, amely már csak a megszabadulásra irányul, destabilizálja a természet rendjét. Más szóval, ha vágyainktól igyekszünk távolságot tartani, az nem kiegyensúlyozottabb élethez, hanem az élet elvesztéséhez vezet. Žižek a következőket mondja: „amíg a buddhizmus a »lét kerekéből« való kilépést ünnepli, addig Lacan a szubjektum létkerékbe való zuhanását: a vágyakkal kompromisszumot nem kötő szubjektum radikális elköteleződését az örült vágyhoz, amely kibillent a valóságot egyensúlyából” (Žižek, 2023, n.o., 14. bekezdés). Idézett írásában, Lacanra hivatkozva, Žižek azt állítja, hogy a vágy a maga tisztaságában, azaz a vágy, amelynek nincs tárgya, és közvetlenül a hiányhoz kapcsolódik, nem integrálható olyan harmonikus módon, ahogyan azt a buddhisták elképzelik. Žižek kitér a boldogság utáni vágyra is, és arra, hogy a lacani buddhisták ezt gond nélkül integrálják, miközben nem veszik figyelembe Lacan *jouissance* fogalmának komplexitását, az abban rejlő elkerülhetetlen fájdalom valóságát.

Žižek további fontos kritikája szerint a buddhizmus mellékesen kezeli a vágy interszubjektív dimenzióját, annak reflexív természetét, azaz a vágyat arra, hogy magunk is vágyottá váljunk mások szemében. Mások vágyának tárgyává válni megnyitja a mások feletti uralom és az ellenük elkövetett erőszak lehetőségét is. Az ebből eredő gonoszság azonban nem egoisztikus – mondja Žižek, hanem spirituális, mert ezért a vágyért még életünket is kockára tennénk. A buddhista elképzelés figyelmen kívül hagyja ennek a spirituális gonoszságnak az eshetőségét (Žižek, 2023).

Hasonlóképpen, a negatív pszichoanalízis gondoskodó szubjektumok alkotta közösségéből is ki van zárva az emberi gonoszság. Létezésünk reménytelenségének kollektív felismerése Reshe szerint létrehozhatná a szolidaritásnak azt a magas fokát, amelynek révén megszűnne az emberi gonoszság, és érvényre juthatna a gondoskodó emberek közössége. Egy interjú keretében ugyanakkor Reshe elmondja, hogy számára is kihívást jelent elképzelni azt a világot, ahol nem akadnának olyan emberek, akik

csábítást éreznének a mások gondoskodásának kihasználására. Ennek kapcsán nem spirituális, hanem önzésen alapuló gonoszságról beszélhetünk.

A mindkét irányzatból hiányzó gonosz-komponens összefüggésben van a sérülékenységgel is. Hiszen a negatív pszichoanalitikus világban az abszolút sérültség mozdulatlansága, míg a spirituális megközelítésben a távolságtartó sérthetlenség létezik. A *gonosz*, amely megteremthette volna a sérülékenység lehetőségét, mindkét dimenzióból kiűzetett.

Žižek fent ismertetett kritikájával feltételezhetjük, hogy egyetértene Lacan (ebben azért nem lehetünk egészen biztosak). Vizsgáljuk meg most, hogy a két elméleti rendszerről mit gondolna vajon Freud.

Lev kiemeli, hogy Freud elítélte ugyan a vallást, ám kimondottan annak intézményesült formáját. Visszatérő elem Lev könyvében, hogy a spirituálisan szenzitív pszichoanalízis módszereinek bemutatásakor hoz egy buddhista idézetet, és egy ezzel párhuzamos, témába illő freudi idézetet. Például a céltalanság attitűdjének kialakítását mint a spirituálisan szenzitív pszichoanalízis egyik kulcsfontosságú módszerét mutatja be. Ennek kapcsán előbb olvashatunk egy idézetet Shunryu Suzuki zen mestertől, aki a meditálóknak ad tanácsot a célnélküliség mint megvalósítandó szemlélet kialakításával kapcsolatban: nem azért ülünk, hogy Buddhákká váljunk, azért ülünk, mert ez az, amit Buddha tett, így fejezzük ki „Buddhaságunkat” (Suzuki, 1970). Majd egy 1912-es idézetet olvashatunk Freudtól is: „a legsikeresebbek azok az esetek, amelyekben az ember mintegy cél nélkül halad előre, hagyja magát meglepni minden új fordulattal, és mindig nyitott elmével találkozik, minden előfeltevéstől mentesen” (Freud, 1912, 114). Mivel ezt az eljárást Lev következetesen, fejezeteken átívelően alkalmazza, a könyv olvasása során az a benyomásunk támad, mintha Freud is elkötelezett, spirituálisan szenzitív analitikus lett volna, és a hagyományos pszichoanalízis elképzelései könnyedén összeegyeztethetőek lennének a műben vázoltakkal. Freud azonban ateistának tartotta magát, a vallást illúzióknak nevezte, így okkal feltételezhetjük, hogy a Lev által ilyen módon róla sugallt képpel nem tudna azonosulni (Freud, 1933).

Érdekes kérdés, hogy Freud mit gondolna a negatív pszichoanalízisről. Hiszen Reshe retroaktív módon emancipálni szeretné azt a Freudot és azt a pszichoanalízist, amely 1920-ban nem volt számára vállalható a nagyközönség előtt. A benyomásom az, hogy ez a bizonyos megtört, kiábrándult Freud *A halálöszön és az életöszönök* című mű írásakor sem lehetett annyira reménytelenül pesszimista, mint ahogy azt Reshe láttatni szeretné. Egyfelől Freud azt állítja, konfliktusban a halálöszön az életöszönökkel van. Az örömeelv maga pedig valójában a halálöszönt követi, mintegy annak szolgálólánya (Freud, 1920). A negatív pszichoanalízis elméletében mégis az öröm az, amely szembe van állítva a halálöszön munkája nyomán fellépő szenvedéssel. Reshe a szenvedés esszenciáját szeretné kinyerni, megtisztítva azt az öröm írmagjától is, végleg leszámolva az „örömkereső” ember képével. Habár Freud kiemeli, hogy a korábbiakhoz képest megdöbbenve tapasztalja, hogy vannak olyan életjelenségek, amelyek kivonják magukat az örömeelv uralma alól, mint például a háborús neurózisban szenvedők visszatérő álmai, ám emellett a következőt is hangsúlyozza:

„ha az, hogy az ösztönök korábbi állapotot akarnak visszaállítani, tényleg az ösztönök oly általános jellege, akkor nem szabad azon csodálkozni, hogy a lelki életben annyi folyamat bonyolódik le függetlenül az örömelvtől. [...] De mindaz, ami felett az örömelv még nem nyert hatalmat, nem kell, hogy ellentétben álljon vele, és megoldatlan még a feladat, hogy meghatározzuk az ösztönös ismétlési folyamatok viszonyát az örömelv uralmához” (Freud, 1920/1923, 56).

Azaz Freud egyrészt sokkal bizonytalanabb volt felfedezését illetően, mint azt Reshe sugallja, másrészt azt is hangsúlyozza, ha egy életjelenség kivonja magát az örömelv uralma alól, még nem feltétlenül áll ellentétben vele. Gondolatmenetünk szempontjából figyelemreméltóak Freud zárómondatai is:

„türelmesnek kell lennünk, és bevárunk a kutatás további eszközeit és alkalmait. És készen kell lennünk arra is, hogy elhagyjunk olyan utat, melyen egy ideig jártunk, ha úgy látjuk, hogy az jóra nem vezethet. Csak azok a hívők, akik a tudománytól az elveszett katekizmus pótlékát követelik, vehetik rossz néven, ha a kutató továbbképezi vagy akár átformálja nézeteit” (Freud, 1920/1923, 57).

Habár Reshe kifejezetten el akarja kerülni, hogy a terapeutákhoz, vallási vezetőkhez hasonlóan megoldást, javulást, megváltást ígérjen, mintha bizonyos értelemben mégis a „katekizmus elveszett pótlékát” szeretné nyújtani. Joggal írja Asijit Datta (2024), a mű egyik kritikusa, hogy olyan élmény olvasni a könyvet, mintha egy megértő, jó baráttal beszélgetnénk. A negatív pszichoanalízis még mint önmagát elgáncsoló terápiás irány is végső soron a feszültség csökkentését segíti elő, és ilyen módon nem tudja kivonni magát az örömelv hatása alól. Tehát maga Reshe sem tudja elkerülni, ahogyan semmilyen más terápiás irány sem, hogy az örömelv – nyíltabban vagy kevésbé nyíltan – meghatározza a lényegi intencióját.

Záró gondolatok

Úgy gondolom, a tárgyalt két irány, ha olykor groteszk formában is, képes rámutatni bizonyos előítéletekre. Ilyen például a negatív érzések stigmatizációja vagy a terápiás szemléletmód olykor egyoldalú pozitív beállítódása. Ezen felül, mindkét megközelítés reflektál olyan problémákra, amelyekkel általában a pszichoanalízisnek egyre inkább szembe kell néznie. Ilyen például a spiritualitás iránti egyre növekvő igény, amely páciensekre és analitikusokra egyaránt kiterjed. De ilyen az az érzékenyítési potenciál is, amely a fokozódó bizonytalanság és magány valóságára hívja fel a figyelmet, és ráébreszt a páciensek ebből fakadó erősödő ambivalens igényére. Eszerint a terapeutának mint szakértőnek egyszerre kell tudnia a megfelelő válaszokat, ugyanakkor vállalnia az interperszonális szemléletből következő természetes bizonytalanságát is.

Ha a két irányzat népszerűségének okát keressünk, akkor könnyen juthatunk arra a következtetésre, hogy korunk szorongó, magányos, modern embere megtalálhatja a gyógyírt, azaz a nyugalmat és a „valódi” kapcsolódás lehetőségét, bármelyik úton indul is el. Míg Lev létünk kötöttségeitől való megszabadulást és a transzcendens pozícióban való földöntúli nyugalmat, addig Reshe a boldogság utáni hajszát követő

belenyugvás lehetőségét kínálja. A modern ember üzőttsége miatt, a nyugalomhoz gyakran a valamiről való lemaradás büntudata társul, a két pszichoanalitikus szemléletet alkalmazva azonban ez a büntudat némiképpen enyhíthető. Mindkettő igyekszik ugyanis kiküszöbölni az életösztön feszültséget gerjesztő, illúziók világába csábító szirénhangjait.

Hasonlóképpen, a magányos én számára is közösséget ígérnek a tárgyalt megközelítések: az egyik transzcendens kollektív egységet, míg a másik létünk közös szenvedéstapasztalatát. Minthogy mindkét irány pszichoanalízisként, illetve annak kiegészítő szemléletmódjaként gondolja el magát, ebből azt a következtetést vonhatjuk le, hogy annak hagyományosabb formája nem feltétlenül tud reagálni bizonyos modernizációs problémákra. Ezzel azonban korántsem a pszichoanalízist kritizálom. A megváltozott társadalmi szerepek, a referencianélküliség, a mintakövetés hiánya mind egyre égetőbb problémákká válnak, amely helyzetben, ha lehet, még nehezebb elviselni azt a fajta ambivalenciát, bizonytalanságot, amelyet a pszichoanalízis inherensen magában hordoz. Bizonyos szempontból kísérleteket láthattunk arra, hogy az erre adott válasz ne a kuruzslás vagy a kiábrándult pesszimizmus formájában érkezzen, hanem sajátos módon a pszichoanalízisbe ágyazva.

Felhasznált irodalom

- Bion, W.** (1962). The Psycho-Analytic Study of Thinking. A Theory of Thinking. *The International Journal of Psychoanalysis*, 43: 306–310.
- Bion, W. R.** (1970). *Attention and Interpretation: A Scientific Approach to Insight in Psychoanalysis and Groups*. New York: Jason Aronson.
- Datta, A.** (2024). Negative Psychoanalysis for the Living Dead: Philosophical Pessimism and the Death Drive. *Psychoanalysis, Culture & Society*, (online first, DOI: 10.1057/s41282-024-00453-5)
- Ehrenberg, D. B.** (1974). The Intimate Edge in Therapeutic Relatedness. *Contemporary Psychoanalysis*, 10(4): 423–437.
- Freud, S.** (1912). Recommendations to Physicians Practising Psycho-Analysis. In: *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Vol. XII (1911–13): The Case of Schreber, Papers on Technique and Other Works* (109–120). London: Hogarth Press.
- Freud, S.** (1920). *A halálösztön és az életösztönök*. Ford. Kovács Vilma. Budapest: Világirodalom Könyvkiadó Vállalat, 1923.
- Freud, S.** (1933). *Újabb előadások a lélekelemzésről*. Ford. Lengyel József. Budapest: Filum, 1999.
- Ghent, E.** (1990). Masochism, Submission, Surrender. Masochism as a Perversion of Surrender. *Contemporary Psychoanalysis*, 26(1): 108–136.

- Govrin, A.** (2006). The Dilemma of Contemporary Psychoanalysis: Toward a “Knowing” Post-Postmodernism, *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 54(2): 507–535.
- Grotstein, J. S.** (2006). Foreword: The Case for the Numinous. In: A. Casement – D. Tacey (eds.), *The Idea of the Numinous: Contemporary Jungian and Psychoanalytic Perspectives* (xi–xv). London & New York: Routledge.
- Ingram, D. H.** (1991). Intimacy in the Psychoanalytic Relationship: A Preliminary Sketch. *The American Journal of Psychoanalysis*, 51(4): 403–411.
- Jung, C. G.** (1948). A Psychological Approach to the Dogma of the Trinity. In: *Collected Works of Jung: Psychology and Religion: West and East, Vol. XI.* (107–200). London: Routledge & Kegan Paul.
- Jung, C. G.** (1952). *Synchronicity: An Acausal Connecting Principle*. Princeton: Princeton University Press.
- Klein, M.** (1935). A Contribution to the Psychogenesis of Manic-Depressive States. In: uő, *Love, Guilt and Reparation and Other Works. 1921–1945* (262–289). London: Hogarth Press, 1985.
- Lacan, J.** (1954–1955). *The Seminar of Jacques Lacan. Book II.: The Ego in Freud’s Theory and in the Technique of Psychoanalysis*. New York: W. W. Norton, 1988.
- Lacan, J.** (1959–1960). *The Seminar of Jacques Lacan. Book VII.: The Ethics of Psychoanalysis*. New York: W. W. Norton, 1992.
- Lacan, J.** (1960–1961). *The Seminar of Jacques Lacan. Book VIII.: Transference*. New York: Abe Books, 1997.
- Lacan, J.** (1964–1965). *The Seminar of Jacques Lacan. Book XII.: Crucial Problems for Psychoanalysis*. New York: Karnac Books, 2002.
- Lacan, J.** (1973). *The Four Fundamental Concepts of Psycho-Analysis*. London: Penguin Books, 1994.
- LaMothe, R.** (2009). The Clash of Gods: Changes in a Patient’s Use of God Representations. *Journal of American Academy of Psychoanalysis*, 37(1): 73–84.
- Lev, G.** (2018). Poetics of Reconciliation: Psychoanalysis and Dilemmas of Faith. *Psychoanalytic Psychology*, 35(1): 38–45.
- Lev, G.** (2023a). *Spiritually Sensitive Psychoanalysis: A Contemporary Introduction*. London: Routledge.
- Lev, G.** (2023b). The dream-like event. *International Forum of Psychoanalysis*, 33(1):1-10.
- Levenson, E. A.** (1974). Changing Concepts of Intimacy in Psychoanalytic Practice. *Contemporary Psychoanalysis*, 10(3): 359–369.
- Levenson, E. A.** (1981). The Rhetoric of Intimacy. *Group*, 5: 3–11.

- Makise, H.** (2017). Lacanian Psychoanalysis and Japanese Zen (Hakuin Zen): The Relation between ‘the Impossible Thing’, Drawings, and Topology. *Annual Review of Critical Psychology*, 13(1): 1–15.
- Masters, R. A.** (2010). *Spiritual Bypassing: When Spirituality Disconnects Us from What Really Matters*. Berkeley: North Atlantic Books.
- Moncayo, R.** (1998). True Subject is No-Subject. *Psychoanalysis and Contemporary Thought*, 21(1): 383–422.
- Moncayo, R. – Yu, Y.** (2022). *Lacan and Chan Buddhist Thought: Reflections on Buddhism in Lacan’s Seminar X and Beyond*. London: Routledge.
- Neill, C.** (2023). *Jacques Lacan: The Basics*. Abingdon: Routledge.
- Nietzsche, F.** (1926). *Vidám tudomány*. Ford. Wildner Ödön. Budapest: Világirodalom Könyvkiadó Vállalat.
- Otto, R.** (1917). *The Idea of the Holy: An Inquiry into the Non-Rational Factor in the Idea of the Divine and Its Relation to the Rational*. London: Oxford University Press, 1950.
- Purser, R. E.** (2011). A Buddhist–Lacanian Perspective on Lack. *The Humanistic Psychologist*, 39(4): 289–304.
- Reshe, J.** (2023). *Negative Psychoanalysis for the Living Dead. Philosophical Pessimism and the Death Drive*. London: Palgrave Macmillan.
- Reshe J.** (2024a). Religion and Psychoanalysis – An Online Discussion Featuring Julie Reshe and Peter Rollins. <https://www.youtube.com/watch?v=X-Z2iE53vsE&t=3838s>
- Reshe J.** (2024b). No Longer Waiting for Messiah: The Tyranny of Happiness. In: J. P. Allegrante – U. Hoinkes – M. I. Schapira – K. Struve (eds.), *Anxiety Culture*. Baltimore: Johns Hopkins University Press.
- Reshe, J.** (2021). Trauma, depression, anxiety in life and learning. <https://www.youtube.com/watch?v=8KMQKGzirkw>
- Rieff, P.** (1987). *The Triumph of the Therapeutic: Uses of Faith after Freud*. Chicago: University of Chicago Press.
- Rizzuto, A.** (2003). Believing, Personal Beliefs, and Transformational Processes: Psychoanalytic Consideration. In: W. W. Meissner – C. R. Schlauch (eds.), *Psyche and Spirit: Dialectics of Transformation* (1–25). Lanham: University Press of America.
- Rizzuto, A.** (2009). Sacred Space, Analytic Space, the Self, and God. *Journal of the American Academy of Psychoanalysis and Dynamic Psychiatry*, 37(1): 193–208.
- Rubin, J. B.** (2006). Psychoanalysis and Spirituality. In: D. M. Black (ed.), *Psychoanalysis and Religion in the 21st Century: Competitors or Collaborators?* (132–153). London: Routledge.
- Salecl, R.** (2004). *On Anxiety*. New York, Abingdon: Routledge.

- Samuels, A.** (2004). Politics on the Couch? Psychotherapy and Society – Some Possibilities and Some Limitations. *Psychoanalytic Dialogues*, 14(1): 817–834.
- Singer, E.** (1977). The Fiction of Analytic Anonymity. In: D. B. Stern – I. Hirsch (eds.), *The Interpersonal Perspective in Psychoanalysis, 1960s–1990s* (60–75). New York, Abingdon: Routledge, 2017.
- Suzuki, S.** (1970). *Zen Mind, Beginner's Mind*. New York & Tokyo: Weatherhill.
- van Zyl, L. E. – Gaffaney, J. – van der Vaart, L. – Dik, B. J. – Donaldson, S. I.** (2023). The Critiques and Criticisms of Positive Psychology: A Systematic Review. *The Journal of Positive Psychology*, 19(2): 206–235.
- Žižek, S.** (2023). Why Lacan is Not a Buddhist? The Philosophical Salon. <https://thephilosophicalsalon.com/why-lacan-is-not-a-buddhist-a-belated-reply-to-my-critics>