

### *Farkasokkal üvöltők.*

### *Öntudat kontra szolgaszellem.*

Corvina, Budapest, 2023. 207 oldal.

Fordította: N. Kiss Zsuzsa.

Az 1937-ben, Bordeaux-ban, született neuropszichiáter szerző a francia tudományos- és közélet ismert személyisége, holokauszttúlélő, aki a csodával határos módon menekült meg a haláltól (64). Az ő nevéhez fűződik a „reziliencia” – vagyis a szenvedésből való újjászületés – fogalmának népszerűsítése, amelyet a kötődés elméletével elhíresült brit pszichiáter és pszichológus, John Bowlby (1907–1990), munkáiból merített.<sup>1</sup>

Az askenáz zsidó családból származó (apja ukrainai, anyja lengyelországi) Cyrulnik álláspontja szerint az ember életét meghatározó alapproblémák a gyermekkorban vetődnek fel. Hét éves volt, amikor 1944. január 10-én, az éjszaka kellős közepén, letartóztatták. Egy ápolónő mentette ki a Bordeaux-i zsinagógából, majd a felszabadulásig egy farmon élt elrejtőzve. Szüleit elveszítette, így a háború után az anyai nagynénje gondozásába került. Saját bevallása szerint ezeknek a gyermekkori történéseknek és traumáknak a hatására lett pszichiáter.

*„Konkrét emlékeim a maguk kedvező konnotációjában (...) segítettek, hogy ne essek kétségbe, higgyek az emberi jószágban, és ne túllontúl üldözői indulatokkal cseperedjem tovább. Elhitettem magammal, hogy a világ nem mindenestül kegyetlen, és mindig van miben reménykedni.” (65)*

A francia szerző a magyarul most megjelent első könyvében a saját személyes történetére és a neuropszichiátria eredményeire támaszkodva kínál mélyreható elmélkedést azokról a folyamatokról, amelyeknek kimenetele kettős: egyrészt elvezethetnek a belső szabadsághoz és a független gondolkodáshoz, másrészt viszont behódoltathatnak egy gyilkos ideológiának. Ahogy azt a fülszöveg nagyon találóan megfogalmazza, a francia szerző arra keresi a választ:

*„Hogyan lehetséges, hogy egyesek szomjazzák az üres frázisokat, és hajlandók elmenni egészen a deportálásig, a gyilkosságig, a népirtásig? Miért van, hogy eközben mások felszabadulnak, és a saját fejükkal kezdenek gondolkozni?”*

Alapjában véve ez a kérdéssor tekinthető a könyv vezérfonalának, amelynek műfaja talán a „filozófiai elmélkedések” fogalmával ragadható meg. Jóllehet a fejezetek kapcsolódnak egymáshoz, ugyanakkor önállóan is olvashatóak. Akár többször is, mert a Cyrulnik által megfogalmazott gondolatok elsődleges célja, hogy gondolkodásra készítse az olvasót. Hiszen a szerző megértetni akar.

---

<sup>1</sup> Lásd Bowlby, John 1969, 1973, 1980: *Attachement and loss*. Vol. 1: *Attachement*. Vol. 2: *Separation, Anxiety and Anger*. Vol. 3: *Loss: Sadness and Depression*. New York; Uő. 2009: *A biztos bázis. A kötődés-elmélet klinikai alkalmazásai*. Budapest.

*„Egy tény interpretációja a szemlélő személyiségétől függ – írja –, attól, hogy milyen érzelmi színezetet ad egy ténynek. Van, aki úgy gondolja, ha a túlélés kulcsa az alkalmazkodás, akkor a mostoha körülmények ellen kell küzdeni a kevésbé rátermetteket megsegítendő. Akik ellenben a létezését a hatalom fokmérőjének vélik, csodálják azt, aki uralkodik, és helyeslik a gyengébbek elnyomását. Nem érdekli őket a kisember, nem kíváncsiak a világára, szenvedéseivel nem foglalkoznak. Nem fejlődik ki bennük az empátia, innen a büntudat meghökkentő hiánya náluk, ha törvény diktálja az értéktelen életek felszámolását. A társadalom üszkösödéseitől, a gyengéktől, a betegetől, az örültektől, a rendbontóktól megszabadulni számukra higiéniai követelmény.” (34–35)*

Cyruľnik felhívja a figyelmet arra, hogy a dogma akkor diadalmaskodik, amikor már nincs igény a megkérdőjelezésre; az egyén elfogadja, hogy másvalaki szemével lássa a világot (48)! Ez mintegy törvényszerűen vonja maga után a valamiféle csoporthoz/közösséghez tartozás igényét, hiszen a közösségérzet felfokozza az emóciókat. *„A tömegeszme jótéteménye, hogy összhang érzetét kelti a csoporttal, amely hirtelenjében a megértés illúziójával tölt el.” (60)* Ebből következik, hogy *„a gondolkodás munkájával felhagyni annyi, mint megkímélni magunkat az erőfeszítéstől” (61)*, viszont ez tovább erősíti a csoportszellemet, és növeli a megmámorosodást. Szerinte *„az odatartozás igénye”* teszi az embereket *„a szolgaságba taszító zsarnokok cinkosává” (65).*

*„A megrögzöttek extázisának forrása az együttlét, amikor is mindenki felerősíti a szomszédja emócióját, ami egy láthatatlan entitással való hirtelen találkozásból fakadhat, mélyen magunkban. Együtt kell imádkozni, énekelni, ujjongani, felháborodni és imádni a magát kinyilatkoztatni méltóztatót, Az ilyen szeretet ugyanúgy fogja össze a csoportot, ahogyan a fennkölt gyűlöletben egyesülnek azok, akik egy bűnbaknak tulajdonítják a Rosszat. A megrögzöttek szeretik a tiszta látomások lázát, amit az Egyívású szeretete és a Más gyűlölete fűt.” (63)*

*„Ha együtt üvöltünk a farkasokkal, végül farkasnak is érezzük magunkat. A csoporthoz tartozás akkora védettség, akkora eufória, hogy engedünk a mámorának. Amikor együtt ordítunk, még az erőszak is az erő jóleső érzetével tölt el. Nem az állítás tartalma villanyoz fel, hanem az együttlét ténye, a gyűlöletének.” (81)*

Cyruľnik meglátása szerint vannak mechanizmusok, törvényszerűségek, állandó elemek, mint például a hovatarozás igény, vagy a függőségre való hajlam. Aki viszont *„örzi belső szabadságát, a saját fejével gondolkodik, nem szolidáris a jelszavak nyújtotta érzelmi jótéteménnyel” (66).*

A totalitarizmus éppen ezért igyekszik kikapcsolni a gondolkodást, mert a racionálisan élő embert nem az érzelmei és az ösztönei irányítják. Ugyanakkor szükséges a használt nyelvezet (köznyelv), az oktatás és a művészet „megszállása” is ahhoz, hogy uralkodni lehessen a tömeg(ek)en. Csakis annak jelent megkönnyebbülést a „helyette gondolkodónak” való alávetettség, *„aki képtelen önállóan ítélni és dönteni” (89)*, aki a realitás összetettsége helyett a leegyszerűsítést preferálja, mert képtelen az árnyalt gondolkodásra. Ez vezet el a hitszerű, megdönthetetlen, abszolút igazságot hordozó meggyőződés kialakítására, amelynek következményeképpen mindenki ellenség, aki ezt meg akarja ingatni, vagy megpróbál kételyt támasztani. Nagyon erőteljessé válik a tényekkel szembeni ellenállás, azoknak a zsigeri elutasítása. Cyruľnik szerint

*„azok, akiknél biztos kötődés alakul ki, békésebbek, időt fordítanak arra, hogy eljátszadozzanak gondolatokkal, mérlegeljék őket pro és kontra, mielőtt ítélnének és döntenének. A bizonytalanoknak kinyilatkoztatás kell a jó közérzethez, ezért kapnak az előítéleteken, a készen kapott, világos, árnyalatlan eszméken, így merik csak vállalni a létezését” (100).*

A francia szerző az egyén és a társadalom összefüggéseit, kölcsönhatásait is vizsgálja. Álláspontja szerint, amikor egy társadalomban nagyon komoly kollektív erkölcsi és mentális problémák ütnek fel a fejüket, akkor érdemes kiemelt figyelmet fordítani az egyénekre. A személy, „*ha elveszti belső szabadságát, egy felsőbb szándékot végrehajtó eszközzé silányul*” (113). Az önálló gondolkodás és a belső szabadság ugyanis összefügg egymással. „*Nehéz önállóan gondolkodni – írja –, ha igényeljük mások befolyását ahhoz, hogy önmagunk legyünk*” (122).

„*Ha valaki azt hiszi, mindent ért, és igazságát ráerőszakolná másokra, mindig fog találni néhány sérült lelket, akik engednek a magabiztos, ellentmondást nem tűrő kényúr befolyásának: ő pedig megváltásuk ürügyén szolgálásba veti azokat, akik hisznek benne.*” (124).

Ezek a „sérült lelkek” leginkább a saját félelmeikre és reményeikre fogékonyak. Cyrulnik szerint,

„*Ha valakiben nem fejlődött ki az önbizalom a felnövekedése során, vagy megfosztotta tőle egy próbatétel, az ő számára a konformizmus protézisül szolgál. A többiekre bízza magát, hozzájuk igazodik, hogy megerősítsék, mellőzi a felülvizsgálatot, mert fél kétkedni, önállóan gondolkodni a csoporton kívül kerülve, másra sem vágyik, mint hinni, hogy megnyugodhasson.*” (129).

A francia szerző egyértelmű kapcsolatot lát „a totalitárius gyönyör” és „a gyűlölet kéje” között. Szerinte „*gyűlölni jó, felbátorít és növeli a győzelem esélyét*” (140).

„*A gyűlölet gyönyörűsége elkeserítő szenvedély, vérengző öröm, a gyűlölködő számára a terrorizálásnak már a pusztá szándéka is testi kéj.*” (141)

Cyruulnik könyve nem könnyű olvasmány, mert folyamatosan gondolkodásra serkent. Csúpan meg-megállva lehet olvasni. De alapjában véve ez is a cél! Mert

„*Kétkednünk kell ahhoz, hogy kutassunk. A bizonyosság gátat vet a gondolkodásnak, rutinná teszi az elbeszélést. (...) Hogy élhessük az életünket, kell néhány meggyőződés, de az is, hogy ezek alakíthatók legyenek, hogy készek legyünk változtatni, ha a közeg módosul. Ilyenkor a felfedezés és a rácsodálkozás örömet éljük át, olyannak látjuk a világot, amilyenek nem gondoltuk volna. (...) A kétkedés serkenti az újítást, az árnyalás nem intellektuális lagymatagság, hanem a szellem rugalmassága, nyitás egy más lehetőségre, egy másik szellemi univerzum felkutatása.*” (151)

Jakab Attila