

2020. április 22. - **Együtműködésre épülő viszonyulásunk sebzett, világunk a konzumizálódással az ember legnemesebb vonásait roncsolja szét** – véli

Bagdy Emőke klinikai szakpszichológus, pszichoterapeuta, akivel a posztmodern társadalom lelki válságáról, a világjárvány utáni kor lehetőségeiről és a valódi boldogságról beszélgettünk.

– Hetek óta tart a karatén, a legnagyobb közösségi oldalon ön is küldött értékes gondolatokat a helyzet lelki kezelésére. Elmondta, közös erőfeszítésekre van szükség, a jelenlegi állapot pedig saját morálunk, életbátorságunk, megküzdési erőnk próbatétele. Ezt az egyénre vagy inkább a társadalom egészére értette?

– Mindannyiunkra értettem, hiszen a társadalom önmagában véve fikció: emberi szerveződésből, a legkülönbözőbb társadalmi, gazdasági alakulatokból áll össze. Az együtműködés, a tolerancia, az egymás segítése, a szolidaritás alapvetően fontos emberi értékek: a nemzet, a közösség akkor életképes, ha az együtműködés határozza meg az életét. Teljesítményorientált világunk azonban egészen eltompítja ezt az alapvető emberi potenciált. A mostani helyzet mindnyájunkat sújtó, az emberiséget érintő veszedelem, alapvető feladatunk most az, hogy szembenézünk azzal, ami történt, és hogy mi magunk hogyan állunk mindehhez: kell, hogy legyen e kérdésben személyes állásfoglalásunk.

– A járvány hatalmas próbatétel az európai társadalmak számára, amelyek egyébként az individuumot, az önmegvalósítást, az egyén jogait helyezték az élet középpontjába: van-e így esélyünk az együtműködésre?

– Az együtműködésre épülő viszonyulásunk sebzett. Olyan posztmodern világban élünk, amely elhozta a társadalmi identitásváltozást, a tagadás kultuszát. Mindent tagadok, miközben nem tudom megmondani, hogy mi az, amit akarok, mi az, amiben hiszek. Ez a posztmodern világ a konzumizálódással az ember legnemesebb vonásait roncsolja szét. Minden arra sarkall, hogy vásárolj, fogyassz, a termelés-fogyasztás mókuskerekébe ragadt a világ, és éppen ez a gondolkodásmód, ez az attitűd fertőzte meg a gyarmatosított világokat is. A kő táblákra parancsolatait írató Úristen helyére a pénzt állítottuk: ez áll most értékrendünk csúcsán. Nincs más perspektívánk, csak az egyéni boldogulás, ez pedig individualizálja a társadalmat. Embertársainkat is tárgyként használjuk, és ha már nincs belőlük hasznunk, hát eldobjuk őket: elég csak a válaszok nagy részének okait megvizsgálni. Nincs valódi tolerancia a világban. A fiktív finalizmus gondolata szerint életünk végső célja a tökéletességre törekvés, viselkedésünket az elképzelt, soha meg nem valósuló erkölcsi célok felé törekvés motiválja. Ma meg tudjuk-e válaszolni azt a kérdést, mi az élet célja? Mi az élet értelme? Kiért élünk, miért élünk? Aki ezekre nem tudja a választ, identitásának gerince hiányzik, az, akár merről fújjon is a szél, annak a szélnek az áramlatába helyezkedik. Gyökössy Endre református lelkipásztor mondta, ma az egoizmusban szenvedő ember korát éljük – a fogalom megalkotásához az orvosi terminológiából kölcsönzött „itisz” a gyulladás latin kifejezése –, a megduzzadt egó megbetegedésében vergődő emberét.

– Vagyis kitermelheti magából a társadalom a jellegzetes XXI. századi, gyökértelen ember típusát?

– Inkább azt mondanám, felelősségnélküliség jellemző. Terjedőben van az úgynevezett dark személyiség, ami a narcisztikus személyiségzavar, a machiavellizmus, a pszichopátiás karakter elegye. Olyan embereket jellemez elsősorban, akik nem ismernek sem Istent, sem embert. Elharapódzott az erkölcs relativizálása. Nietzsche a XIX. század végén kijelentette, hogy Isten

meghalt, ez a tétel pedig ott rejlik a modern világ gondolkodásának mélyén. A mai szekularizált világban sokan nem kaptak vallási nevelést, mindezt a szabad gondolkodás egyik ismérveként fogják fel. Persze a vallás nem tehető kötelezővé, mégis tudnunk kell, hogy a dogmák tanítanak, megvédenek, és megszólítják a lelkiismeretünket. Ezt pedig nehéz az etika tanításával pótolni, hiszen a dolgok tudása, ismerete nem jelenti automatikusan annak alkalmazását. Vagyis ez esetben a mintakövetés hiányzik. A pszichopata ember is tökéletesen tisztában van vele, hogy mi a bűn, és nem azért szegi meg a ne ölj! parancsát, mert nem ismeri, hanem mert nem lép át az emberség közösségébe, abba a világba, amelyben az egyén a másik által lehet valaki, a másikért él és a másikért működik.

– A mai korban terjedő nihilizmus felől nézve mikor változott meg az európai ember gondolkodása?

– A nyugati társadalomban elterjedő felvilágosodással, a XVIII. század második felében az ész került a középpontba. A tudomány trónra emeltetett, aztán eltelt néhány évtized, és a felelősség, amely szerint a tudománynak az embert kell szolgálnia, az ész apoteózisa révén kihullott. A tudományt mindenhatóvá tettük: a problémák akkor kezdődtek, amikor e hatalom gyakorlásában az embert szolgáló szeretet fékje már nem működött, így párhuzamosan az etikai rendszerek összeomlásával a tudomány felelősségvállalás nélkülivé vált. Ahogy korábban utaltam rá, az ember számára a világ akkor lesz teljes, ha képes válaszolni a kérdésre, hogy kiért él, miért él. Az erre adott válasz az identitás, az a belső pszichológiai szerkesztőerő, amely magában foglalja, hogy azonosságot vállalok az anyafölddel, az anyanyelvvel, a szeretteimmel és a világgal, amelyikbe beleszülettem; hiszek abban, hogy rendeltetésem, feladatom van. A valódi boldogság ugyanis attól függ, hogy meg tudok-e felelni mindennek, hogy a helyemen vagyok-e, és szolgállok-e az életemmel. A posztmodern nihilizmus korában élő mai ember nem e koordináta-rendszeren belül adja meg a választ.

– A közösséghez tartozás alapélménye talán nem vészett ki teljesen az emberből. Hogyan lehet ezt az élményt pozitív irányba fordítani?

– A szociálpszichológia törvényei szerint két ember nem egy és még egy, hanem magasabb rendű, együtt világerő, ami már egészen más minőség. Három ember együtt különleges dinamikai erőrendszert alkot, ötven fő felett pedig kezdenek a tömegpszichológia jelenségei érvényesülni. Száz fő feletti együtteség kihozhat akár rajongó áhítatot, de gyűlöletet, összekapaszkodó negatív indulatokat is, ez utóbbi esetén törvényszerűen megkezdődik a bűnbakkeresés, amely egy kiszemelt áldozatot okol a csoport problémáiért – ez Jézus keresztre feszítésének története pszichodinamikai szempontból. Tudatosítanunk kell, hogy tömegként reagálunk-e, vagy közösségként, amelyet összetartás és együttműködés jellemez. Ehhez a közösségeinket újra kell szervezni. Erre ad most parancsot a vírusmentesítés közös feladata. Ez életmentés. Nem volna szabad megtörténnie, hogy például a lélegeztetőkészülékek árát egyszerre két-háromszorosára emeljék, és egyetlen maszk árát ötezer forintra, ezeket gyilkos lépésnek tekintem. Egyetlen dolgot tehetünk jelenleg, hogy összeszedjük magunkat, és tudatosítjuk, hogy egy hajóban evezünk mindannyian, ráadásul nem tudjuk, hogy mikor érünk a túlélés kikötőjébe. A válófélben lévő házaspároknak is azt tanácsolom most, hogy tegyék félre az ellenségeskedést, tegyenek félre minden indulatot: ezt a helyzetet először túl kell élni, és majd ha elmúlnak a viharfelhők, akkor lehet a gondokkal foglalkozni. Forgassuk magunkban Radnóti Miklós sorait: „Mert egyszer béke lesz. Ó, tarts ki addig lélek, védekezz!” Számomra hatalmas felkiáltójel ez a helyzet. El kellene gondolkodunk, mi a vétségünk a világban: a fogyasztás mesterséges fokozása, a profit hajszolása és közös bűnünk, a környezetkárosítás, hogy csak néhányat említsek.

– Sokan töprengenek most arról, ha végre túl leszünk a járványon, vajon lehet-e olyan a világ, mint előtte volt. De kell-e, hogy olyan legyen? Lehet-e másban reménykednünk?

– Tudomásul kell vennünk, hogy a járvány elmúltával már nem fogjuk tudni teljesen visszaállítani a régi életünk kereteit. És azt is tudomásul kell vennünk, hogy mi emberek egymás nélkül nem tudunk létezni. Mostani életünk menthetetlenül fertőzötté vált filozófiájában, célképzeteiben egyaránt, és ennek az útnak egyetlen iránya van: a dekadáció, azaz a bomlás, hanyatlás. Meg kell hát keresnünk a közös nevezőt, ezért úgy vélem, a közgondolkodás humanizálására lesz szükség. A szó szoros értelmében áttelekesíteni a tudományokat, felelőssé tenni az életért, amint az egyes embert is, hogy újra embert szolgáló legyen. És nemet mondani minden olyan eszmére, ami ennek ellentmond: a neoliberális, értéktagadó koncepció uralmát fel kellene váltania az emberközpontúságnak. A pszichológia számos iskolája igazolta, hogy az egészség kulcsa a kapcsolatokban, a családi életben, a párkapcsolatban rejlik – ezt kellene megtanulnunk kellően értékelni és újra felfedezni. Tisztában vagyok vele, hogy ez utópikus kép, mégis, az emberi szabadságot szem előtt tartva meg kellene próbálni létrehozni egy új társadalmi szerződést, mint egykor az enciklopédista, francia Rousseau ajánlotta: ha nem az isteni parancsolat kőtableáira írtakban tudnánk megállapodni, akkor hát legyenek vezérelveink a kollektív humán értékek, középpontjában az élettörvénnyel. Meg kell tanulnunk ismét Embernek lenni, nagybetűs embernek, fenn az emberi minőség magasán. Nem adhatjuk át magunkat a csüggedésnek és reménytelenségnek, jusson eszünkbe Vörösmarty Mihály üzenete: „Gondolj merészet és nagyot, / És tedd rá éltedet: / Nincs veszve bármi sors alatt / Ki el nem csüggedett.”

Szentei Anna