

*Kegyed ég, kötdz le
A sok gonosz gondolatot, amely
Az álmokba furakszik!*

WILLIAM SHAKESPEARE

I.
VALÓSÁG...

Voltak olyan élményeim, amikor abszolút azt hittem, a valóságban vagyok, aztán egyszer csak felébredtem. És nem ott voltam. Az élményben nem volt semmilyen jelzés, semmilyen címke, ami arra utalt volna, hogy az álom vagy fantázia, imagináció vagy emlék. Az élményem pontosan ugyanolyan volt, mint amilyen ebben a pillanatban.

Ha valakivel megtörténik, hogy azt hiszi, tudja, mi van, és egyszer csak valami egészen más van, hirtelen minden megváltozik. Attól kezdve félni fog, hogy minden széteshet bármelyik pillanatban. Nagyon naiv, de legalábbis pszeudonaiv azt képzelni, hogy bárki tudja a tutit. Úgyhogy én sem mondhatok semmi biztosat. Csak annyit, hogy remélem, ez itt ma egy esemény lesz. Miután vége lesz az estének, amikor mi meghalunk úgy, ahogy itt együtt vagyunk, remélem, úgy fogunk emlékezni erre a pár órára, mint egy eseményre. Hátha valakinek megváltozik az élete. Slavoj Žižek írt erről egy könyvet, aminek az a címe: *Event (Esemény)*. Szerinte nem

mindenből lesz esemény, ami megtörténik vagy megeshet velünk. Két ember találkozik, beszélgetnek, majd elválnak, és az élet megy tovább, mintha semmi sem történt volna. Ez nem egy esemény. Két ember találkozik, beleszeretnek egymásba, mindkettő otthagy csapot-papot, és minden erőfeszítést megtesznek azért, hogy attól a pillanattól fogva együtt éljenek. Ez egy esemény.

Akkor, amikor én megértettem valamit, amit valaki más mondott, és többé már nem tudtam azt tenni, amit addig, hanem valami mást kellett tennem, az egy esemény volt. Találkozni a tanítómesteremmel, R. D. Lainggel, a skót pszichiáterrel, egy meghatározó esemény volt számomra. 1974-ben beszéltem vele először, és attól fogva teljesen megváltozott az életem.

Engem már legalább öt évtizede foglalkoztat, hogy biztos vagyok benne, van egy valóság. De a valóság annyira komplex, annyi rétege, annyi részlete van, hogy minden pillanata, amit én valóságnak hiszek, csak árnyéka, vetülete, transzformációja annak, amit szerintem reménytelen valaha is pontosan megismernem. Ezt már Platón is tudta. Úgy írta le, hogy egy barlangban látja az embert, amelynek a falán árnyékok mozognak. A barlangban csak árnyé-

kok vannak, ez a realitás, amihez hozzáférhetünk. De hogy mi történik, mi mozgatja az árnyékokat a falakon, azt nem tudhatjuk meg, amíg emberek maradunk. Mert még akkor is, ha igyekszünk kimenni a barlangból, kinézni, hogy mi van azon túl, a napfény elvakít minket. Nagyon veszélyes a valóságot keresni. Ezt már a Bibliában is leírták: aki meglátja az Istent, meghal. Isten rettenetes. Istent csak közvetve lehet érezni, közvetlenül kivágja a biztosítékot. Hát ez a helyzet.

De én hiszem, hogy van valami, ami a valóság. Azt is tudom, hogy nagyon könnyen és nagyon sok mindent el tudunk képzelni. Mindannyian művészek vagyunk. Van a valóság, és arra rávetítjük a képzeletünket. Elképzeljük, hogy mi van, és máris bajba kerülünk. Főleg, ha egyedül vagyunk, ha nem beszélgetünk róla senkivel, főleg olyasvalakivel, akit tisztelünk és aki őszinte. Másképp honnan tudnám kitalálni, hogy mit képelek, és mi a valóság? De ha én azt hiszem, hogy az valóság, és valaki más azt mondja rá, hogy csak képelem, akkor kinek higgyek? Neki van igaza, vagy nekem?

Egyetlen remény van arra, hogy megkülönböztessem a valóságot a képzelettől. Ez a szimbolikumban rejlik. A szavakban. Azért beszélek sokat. De

ez is nagyon veszélyes, mert a nyelv el is fedheti a valóságot. Beszélhetnék úgy is, hogy a végén még két-három fátylat teríték közétek és a valóság közé. A nyelvet lehet arra is használni, hogy az embert félrevezessék. A demagógok leginkább úgy használják a nyelvet, hogy az elvigye az embert a valóságból egy elképzelt világba.

Egyes történészek részletesen megvizsgálták azokat a politikai beszédeket, amelyekkel bizonyos politikusok fellelkesítették a népeket, hogy háborúba induljanak. Ezek a beszédek soha nem bizonyultak valóságosnak.

A demagógok mindig is kihasználták az emberek fantáziáját, képzeletét és a félelmét. Ez történik ma is az Egyesült Államokban, Kanadában, Magyarországon – világszerte kihasználják a képzeletünket. Mert csak annyi kell – és ez nagyon is nyilvánvaló –, hogy megijesszék az embereket, és akkor bármit megtehetnek velük. Vége a demokráciának, mindenki fél, és csak ők tudják, mit kell tenni ahhoz, hogy mindenkinek jó legyen. Ők megvédenek a terrorizmustól, és akkor minden rendben lesz. Nagyon kell tehát vigyázni, hogyan használja az ember a szimbolikumokat, a szavakat. Persze én magam is olvastam és hallottam már olyan nyelvet, amely vi-

lágosabbá tette a világot, ami közelebb hozott engem a valósághoz.

A Magyarországon is jól ismert Oshót, akit sokan gurunak tartanak, sokszor megvádolták sarlatánsággal, agymosással, és hogy kihasználja, félrevezeti az embereket. Hát honnan lehet ezt tudni? Például miért hallgattok, olvastok engem? Mi van akkor, ha én is agymosó vagyok? Mi van, ha hipnotizálalak benneteket? Hiszen a hipnózis mindig a nyelven keresztül történik.

Amikor picik voltunk, mindannyiunkat hipnotizáltak a szüleink. Ez alól senki sem kivétel. Nem lehet egy gyereket bevezetni a társadalomba és az anyanyelvbe hipnózis nélkül. Engem már egyetemista koromban is elsősorban azért érdekelt a hipnózis, hogy megtudjam, hogyan lehet valakit felébreszteni. Ha már hipnózisba kerültem, akkor hogyan ébredjek fel, hogyan kászálódjak ki belőle.

Gyakran a félelem, az ijedtség, a rettegés is egyfajta hipnotikus állapot, amiből jó felébredni. Sok ismerősöm, páciens és barát is, elköveti azt a hibát, hogy amikor fél valamitől, azt hiszi, hogy az a valami létezik. Fél, ez igaz, de azt hiszi, hogy a félelme valós. Tehát, amikor félek, azt hiszem, hogy az az igaz. Nem választom szét, hogy *csak* félek, és kész.

Most van bennem félelem. Pedig ez egy megváltozott tudatállapot. Ha részeg vagyok, és van egy kis eszem, akkor nem vezetek autót. Ha félek, és van egy kis eszem, akkor nem határozok el semmit. Mert ha félek, akkor nem tudom megállapítani, hogy a félelem emlék, vagy a jelenhez vagy mihez tartozik. Az igazság az, hogy amitől félek, az már megtörtént. Tulajdonképpen alszom, álmodok, nem vagyok itt és most. A múlt megzavarja a jelent. A múlt újra *jelentkezik*.

A meditációban nagyon hatékonyan meg lehet tanulni különválasztani a dolgokat. Ha sokáig figyelem, mi történik az elmében, meg lehet tanulni, hogy ha viszket a combom, nem vakarom meg, ha félelmet érzek, nem futok el. Csak azt mondom: most van viszketés, most van félelem. Félek, de nem kell azonosítani magam az élménnyel. Megtanulhatja az ember, és akkor az lesz számára evidens, hogy a viszketés vakarás nélkül is elmúlik.

A meditációban és a pszichoterápiában is azt tanuljuk meg, mennyit bírunk ki, nem pedig azt, hogyan ne szenvedjünk. Azt tapasztalhatjuk meg, hogy a kapacitásunk a szenvedésre sokkal nagyobb, mint gondoltuk. Tehát, sokkal többet szenvedhetek anélkül, hogy bármit is csináljak magammal. Nem kell

félnem, hogy a szenvedés nagyobb lesz, mint én, felrobbant, darabokra tör. Nem fogok szertefoszlni. Most ez van, de majd elmúlik. A viszketés is, a félelem is elmúlik. A jó dolgok is elmúlnak, minden elmúlik. De ez nem azt jelenti, hogy semmi sem érdekel, csak ülök egy helyben, magamban. A meditációban, a terápiában jobban, kényelmesebben meg tudom vizsgálni, mi az élményem, és az mit jelent. Ezen érdemes mélyen elgondolkozni.

Emlékszem, amikor 34 évesen Lainghez tartottam az első találkozóra, hogy eldöntsük, járhatok-e hozzá terápiába, és ő vállalja-e a szupervíziómat. Az első beszélgetés alkalmával elmondtuk egymásnak azokat az élményeinket, amiket meditációban vagy más megváltozott tudatállapotban láttunk, hallottunk, megéltünk. Olyasmiket például, mint hogy véletlenül a gombás rántottába egy légyölő galóca keveredik, és egyszerre olyan élményem támad, hogy egy vagyok mindenkivel. Nem vagyunk külön álló emberek, mint az ujjaim, hanem olyanok, mint a tenyerem, ahol a látszólag külön álló ujjak egyé válnak. Jaj, egy vagyok a szomszédommal – ez egy élmény, ebben biztos vagyok. Erre azt mondta Laing, hogy jó, rendben, ő is biztos abban, mi volt az élménye, én is biztos vagyok abban, mi volt az él-

ményem – de mindez mit jelent? És itt a vége. Mert amikor belegondoltam, rájöttem, hogy senki nem tudja, mit jelent az élménye.

Lehet, hogy ez tényleg azt jelenti, hogy a valóság az imagináció, amit a szimbolikumok, a nyelv, a szavak vagy elfednek, vagy felfednek. Nem egyszerű az élményből kihámozni a valóságot, csak én magam tudom megtenni, de egyedül lehetetlen. Szükségem van másokra, akikkel beszélgethetek, együtt gondolkodhatok, akikkel ugyanazon szimbólumrendszerben – a nyelvben – részt veszek.

Lehet, az élményem, hogy egy vagyok veletek, csak annyit jelent, hogy a gomba megmérgezett, és az agyam egyensúlyozni próbál a halál szélén. Hallucinál, és kész. De lehet, hogy kinyílt egy kapu, és közelebb kerültem a valósághoz. Lehet, hogy tulajdonképpen akkor hallucinálunk, amikor azt hisszük, külön álló emberek vagyunk. De ki tudja ezt biztosan? Én örültem, hogy volt ez az élményem, és tulajdonképpen nem érdekelt, mit jelent. De vigyáznom kell, hogy szkeptikus maradjak, nehogy dogmát csináljak belőle. A dogma az, amiben biztos vagyok. Szerintem a normális ember – aki a közösséggel együtt tud lenni, aki nem őrült – állandóan kételkedik. Az őrülteket soha nem kételkednek. Aki biztos

valamiben, az az örült. Híres örültek az önéletrajzaikban írtak arról, milyen is volt örülni, és honnan tudták, hogy visszajöttek a normálisba. Ezek általában arról szólnak, hogy az örület csúcán abszolút biztosak voltak abban, hogy mi történik.

Schreber, akiről Freud is írt, egészen biztos volt abban, hogy Isten kiválasztotta őt, hogy kínozza. Biztos volt benne, hogy Isten mindenfélét dugdos a fenekébe. Pár év múlva aztán elkezdett kételkedni benne, és azt gondolta, talán nem is így van. Akkor tért vissza a normális kerékvágásba, amikor már nem volt benne annyira biztos. Jó, én úgy érzem, hogy ez történik, mondta, de lehet, hogy nem. Nos, ez már normális.

Röviden egy pár szót érdemes ejteni arról, mi volt a valóság ebben az esetben. A bíró Schreber emlékezett valamire, de nem tudta, hogy az emlék. Nem akarta tudni, mert meg akarta őrizni a kapcsolatát a papájával. Ő inkább megőrült, mint hogy rájöjjön, mit is érzett valójában. Laing egyik tanítványa, Morton Schatzman felkutatta azokat az újságokat, amik akkoriban jelentek meg, amikor Schreber apja híres volt. A papa nagy, német tanítómester volt, és nagyon fontosnak tartotta, hogy a gyerekek egyenesen járjanak, egyenesen üljenek. De hogyan

lehet ezt az iskolákban megoldani úgy, hogy ne kelljen állandóan ütni-verní és kiabálni a gyerekekre? Schreber apja feltalált egy szerkezetet, amit ha ráadtak a gyerekekre, az egyenesen állt és ült. Az újságokban hirdették ezeket a szerkezeteket a szülőknek és a tanároknak. És az iskolákban beöltöztették a gyerekeket ebbe a szerkezetbe. Úgy működött, hogy ha a gyerek egy kicsit meggörnyedt, és nem húzta ki magát egyenesen, akkor valami a fenekébe szúrt. Tehát, ha a gyerek nem szálfegyenesen járt vagy ült, akkor a Schreber papa masinája kínozza. Ezrével adtak el belőle. Annak is nyomára jutott Schatzman a kutatásai közben, hogy a papa a fián próbálta ki a masinát, mielőtt szabadalmaztatta. Megtalálta a jegyzeteit is arról, hogy működik, a fia egyenesen jár és egyenesen ül, csak viselnie kell ezt a masinát. Nos, hát ez történt akkoriban, amikor a fiú úgy 6-8 éves lehetett. Körülbelül három év után, amikor a gyerek már megtanulta, hogyan kell kiegyenesedni, elhagyhatta a masinát. De addig, nagyjából három évig, az apja kínozza. Ötvenéves korára a fiú elfelejtette, hogy ez történt vele. Az apja helyett azt mondta, az Isten kínozza őt. Így továbbra is szerethette és tisztelhetette az apját, de az Istennel akadt egy kis baja, és ezért, persze, bezárták az elmeegógyintézet-

be. Nem olyan egyedi ez a történet, és nem is ritkán fordul elő ilyesmi.

Szerintem ma, a 21. században még mindig sokan – azok közül, akiknek tulajdonképpen az a foglalkozásuk, hogy együtt legyenek olyanokkal, akik megijedtek – inkább őrültnek címkézik a páciensüket. Holott úgy kellene együtt lenni ezekkel az emberekkel, hogy rájöjjenek, mire emlékeznek, mi ijeszti meg őket, mi a probléma. Ahelyett, hogy megengedjük nekik, hogy megvédjék a családot, hogy szeretni tudják azokat, akik bántották őket, és helyettünk inkább magukat címkéztessék őrültnek. Mert ha őrült vagy, még mindig a család tagja maradsz. De ha rájössz arra, hogy az anyád, az apád vagy a nagybátyád kínozott, akkor vége a családnak. Nos hát, választani kell.

Freud egy másik páciense, akit a szakirodalom Farkasembernek nevez, jóval túlélte Freudot, és utána még interjúkat is adott, hogy rajta nem segített a mester. Később, többek között, egy magyar származású francia pszichoanalitikus, Török Mária is írt arról, mi történt a Farkasemberrel. Kisfiúként, úgy hároméves korában besétált a konyhába éjjel, és meglátta, hogy az apja fasza a húga szájában van. És a kisgyerek nagyon csodálkozott. Hé, mi ez?! Oda-

ment a szolgálóhoz, aki vigyázott rá, és elmondta neki, hogy a papa gilije a húga szájában volt. A néni megfogta a gyerek kezét, és elvitte a mamához, hogy elmondja neki is. És a fiú elmesélte. De akkor a mama azt mondta neki: „Ide figyelj, ez nem igaz, ezt csak álmodtad. Menj, feküdj le, és álmoldj csak tovább! Ez nem történhetett meg.” Ez egy nagyon nehéz pillanat volt a kisgyerek életében, amin a haláláig nem tudta túltenni magát.

Mert milyen választása van az embernek ebben a pozícióban? Vagy elhiszi a saját élményét, elhiszi azt, amit látott, és akármit is mond az anyja, ő tudja, mit látott. De egy hároméves gyerekről van szó. Ha ezt választotta volna, akkor vége a kapcsolatának az anyjával. Anya nélkül marad, mert onnantól fogva nem tud megbízni benne. Az anyám nem a barátom. Ha az anyám azt mondta, nem láttam azt, amit láttam, akkor az anyám az ellenségem, kész. Vége a kapcsolatunknak. De ki engedheti ezt meg magának háromévesen? Úgyhogy onnantól a Farkasember elhatározta, hogy nem bízik a saját élményeiben. Biztos volt benne, hogy amit ő lát, az nem úgy van, amit ő hall, az hallucináció. Biztos volt benne, hogy őrült. Ettől aztán egész életében híres volt. De az anyjával megtartotta a kapcsolatot.

Nehéz tudni, hogy kiben lehet megbízni. Én azt ajánlom, valahogy mindenki tanuljon meg bízni önmagában. Ez nem dogma, csak egy pragmatikus dolog. Én vagyok az, akivel az életem végéig élek. Amíg meg nem halok, magammal töltöm a legtöbb időt. Olyan kapcsolatom van magammal, amilyen senkivel nincs. Én vagyok az egyetlen, aki tudom, mik az élményeim. Senki más nem tudja. Anyám nem tudta, apám sem tudta, egyik szeretőm sem tudja. Ha valaki hozzám ér, soha nem fogja tudni, mi az élményem az érintéséről. Csak én tudom. Az egyetlen ember ebben az életben, akit belülről ismerek, én vagyok. Ez hatalmas felelősség, mert nekem kell kimondanom, mi az élményem. Senki más nem tudja, én vagyok az egyetlen. Tehát, ha magamnak nem hiszek, akkor nagy bajban vagyok. Viszont, ha hiszek magamnak, akkor nagyon kevés barátom lesz.

Nagyon gyakran az ára annak, hogy úgy érzem, tartozom egy közösségbe az, hogy megszűnök. Feláldozom a saját élményemet. Én nem szeretem a spenótot, de megeszem, mert te azt mondod, spenótot főztél nekem. A spenót jó, és megsértődsz, ha nem eszem meg. Hát jó, én utálom a spenótot, de megeszem azért, hogy megmaradjon a kapcsolatom

veled. Valakinek a felesége vagy a férje naponta ötször akar szexelni, de ő csak egyszer egy héten. Ha megmondja, mit akar, mi az élménye, akkor a párja otthagyja. Az egyik túl sokat akar, a másik túl keveset. Hát akkor az egyik úgy csinál, mintha ő is azt akarná, amit a másik. Ezért egy kapcsolat ára nagyon gyakran az, hogy valaki megszűnik létezni. Ez nagyon veszélyes helyzet. Ilyenkor elkezdődik a szerepjáték. Amikor Hamletet játszom egy Shakespeare-darabban, nem érdekes, hogy az András mit akar. Ha elhatározom, hogy eljátszom a szüleim jó gyerekét, nem érdekes, ki vagyok én. Ha megjátszom a feleségem jó férjét vagy a gyerekem jó apját, akkor senkit sem érdekel, hogy a színésznek mi az élménye. Mi lesz ebből? Ha állandóan szerepet játszom, akkor elmegyek a pszichiáterhez, aki – ahelyett, hogy megmondaná nekem, hogy ne játsszak szerepet – orvosságot ad. Antidepresszánt. Mert az, aki állandóan szerepet játszik, persze hogy depressziós. Meg akar halni, mert nem tudja elképzelni, hogyan lehet kilépni a szerepekből.

Egy időben minden reggel elmondtam az álmaimat, így a gyerekeim is elmesélték a sajátjaikat. A lányom, úgy 4-5 éves korában, egyszer azt álmodta, hogy ő és a bátyja csináltak valamit, én pedig rájöt-

tem, és mérges lettem. Egymás mellett álltak, oda-sétáltam hozzájuk, és nagyon dühös voltam rájuk. Haragosan azt mondtam, hogy menjenek vissza oda, ahonnan jöttek, az anyjuk méhébe. Gondolhatjátok, mit éreztem, amikor az ötéves lányom ezt mesélte. Hát nem volt valami kellemes hír, hogy így élek a pszichéjében. Nagyon elgondolkoztam rajta, mennyi információ van ebben az álomban. Lehet, hogy akkoriban túl dühös voltam, vagy valamivel meg-félemlítettem őket, lehet, hogy úgy érezték, akkora teher nekem velük lenni, hogy jobb lett volna, ha meg sem születnek. Amikor 16 évesen először meg-érkeztem Kanadába, és még nem tudtam angolul, betettek egy gimnázium második osztályába. Volt ott egy idegengyűlölő fiú, aki mindig odasúgta nekem, amikor elhaladtam mellette, hogy menjek vissza oda, ahonnan jöttem. A lányom azt álmodta, hogy én is ilyen vagyok. Ez egy esemény volt, mert attól fogva nagyon vigyáztam, mit mondok, mit tesz-ek. Még ha dühös is voltam rájuk, akkor is jelez-tem, örülök neki, hogy ott vannak, de ne tegyék azt, amit éppen csinálnak.

Miért fontosak, miért csodálatosak az álmok? Még abban sem lehetünk biztosak, hogy amit álmo-dunk, az a sajátunk. Mert az élmény olyan, mintha

nem én csináltam volna. De ha nem én, akkor ki csinálta? Honnan jön? Olyan emberek, akik nem gondolnak kreatívként, művészként önmagukra, részletes, imaginatív, gyönyörű, ijesztő képeket álmodnak. Vannak, akik horrorfilmeket gyártanak minden éjjel. Olyanokat, hogy ha azokat valaki tényleg megfilmesítené, pénzt lehetne keresni velük. De ők nem gondolnak magukra úgy, mint dramaturgra. Pedig mindannyian azok vagyunk, hacsak az agyunk nem egy antenna, ami éjszakánként befog valami álmot, amit talán Houstonban gyárt valaki. Állandóan sugároznak, és az agyunk, mint valami radar, veszi az adást. Ha ez van, akkor az álmom nem érdekes. Akkor butaság az álmokkal foglalkozni. Akkor félni kell az álmoktól, hogy mit sugallnak nekem Houstonból.

Egyszer a Nobel-díjas Francis Crick, aki James D. Watsonnal felfedezte a DNS kettős spirálját, az egyik tudományos újságban azt nyilatkozta, hogy aki álmodik, soha ne írja le az álmát, soha ne gondolkozzon azon, hogy mit jelent. Mert tulajdonképpen az agy egy bioszámítógép, és az ilyen nagy számítógépeknek minden éjjel ki kell pucolniuk magukat. Úgyhogy az álom tulajdonképpen az agy piszka. És aki abban turkál, az végül is szarban tur-

kál. És még hozzátette – ha nem is ezekkel a szavakkal –, hogy aki az álmaival foglalkozik, az újra megeszi a szart, amit az agya egyszer már kinyomott. Azt írta egy Nobel-díjas tudós, hogy hagyjuk a fenébe az álmainkat, mert csak újra bepszikítjuk a biokomputerünket. Ezután nekem muszáj volt beszélnem vele, hát felhívtam telefonon. Kérdeztem tőle, hol olvashatok ezekről a kísérletekről, amikből ezt ilyen biztosan tudja. Felelőssége van, mert Nobel-díjas tudós, és az emberek elhiszik, amit állít. Mondtam neki, hogy én már vagy negyven éve állandóan turkálók a saját és más emberek szarában, és ezért még pénzt is kapok. Ha tényleg igaza van, akkor én abba hagyom a munkám. Úgy gondoltam, hogy ez nem egy triviális hír. Egy kicsit köhécselt, és bevallotta, hogy proponált egy kísérletet, amivel ezt be lehetne bizonyítani, de még nem végezték el. De ő már tudja, mi lesz az eredmény. Hát, mondtam neki, hogy ne játsszon ilyet. Még pénzt sem kaptak rá, de ő máris azt állította, hogy ez így van. De hát mit tudom én? Lehet, hogy igaza van. Nem az én élményem.

Az én élményem az, amit Freud mondott: az álom a tudattalanba vezető királyi út. Ez izgalmas. Ez nem egy szürke állítás. De mit jelent? Mi az a tudattalan?

Azért, mert van szó valamire, még nem jelenti azt, hogy létezik. Hol van a tudattalan? Senki nem látta, senki nem tudja. Létezik? Én azt hiszem, a tudattalan az, amit tudunk, de nem merünk kimondani, vagy nem szabadott kimondani. Amiről nem beszélhetek, amire nincsenek szavaim, arról nem gondolkozhatok. A tudattalan tehát az, amiről tudok, de nem tudom, hogy tudok. Képzeljünk el egy négyszöget, a négy sarkában a következőkkel: tudom, nem tudom, tudom, nem tudom. A „tudom, hogy tudom” négyzet jó, a „tudom, hogy nem tudom” remek, nagyon jó. A „nem tudom, hogy tudom” a tudattalan, a „nem tudom, hogy nem tudom”, az veszélyes. Ebben a zónában található az orvosok, pszichiáterek, politikusok egy része. Nem tudják, hogy nem tudják. Ez a legveszélyesebb. Ha nem tudom, hogy tudom, az nem jó, de nem annyira ártalmas, mint ha nem tudom, hogy nem tudom.

Jacques Lacan definíciója szerint a tudattalan tulajdonképpen a nyelvvel kapcsolatos. A kimondhatatlan, az elgondolhatatlan, amiről nem lehet beszélni, amiről nem lehet gondolkozni, az a tudattalan. Az élmény, amire még nem találtam szavakat. Mi történik egy álomban? Az álomra úgy emlékszünk, mint képek sorozatára. Tudjuk, egy kép felér ezer

vagy tízezer szóval. Amikor képeket mutatok, akkor vizuálisan megjelenítek valamit, amikor szavakkal beszélek, akkor elmondok valamit. Nagyon veszélyes kiállítani egy képet, nagyon veszélyes elmondani egy álmodot. Mert mindig többet mondok annál, mint amit tudok, hogy mondani akarok. Nos, pont ezért jó az álmokról beszélgetni. Carl Gustav Jung elmesélte: ahogy öregedett, egyre jobban meg tudta fejteni az álmokat, szinte belelátott a páciensei álmaiba. Egyre könnyebben felismerte a sémát, ami körül az álom forgott. De bevallotta, hogy a saját álmaival nem ugyanez volt a helyzet. Mert minél jobban átlátta az álmait, annál okosabb lett az ő álmodója, így a saját álmait soha nem értette meg. Ehhez kell egy másik ember, akinek mindegy, mi van az álomban. Mert nekem nem mindegy, ha azért van az álomban, mert nem tudok róla beszélni. Ha nem beszélhetek róla, akkor megmutatom képekben. De egyáltalán nem vagyok biztos benne, akarom-e, hogy valaki megmondja, mit lát bennem. Mert félek, hogy szégyellnem kell magam, vagy meg fognak büntetni, vagy valaki dühös lesz rám. Akkor inkább nem is álmodok. Reggelente, ha felébredek, és megkérdezik, mit álmodtam, könnyebb azt mondani: semmit. Mert szégyellem megmondani. Mert

nem is tudom igazán, mit mondok, amikor elmesélem az álmomat. Még a végén valaki azt mondja: á, buzi vagy. Veszélyes!

Amikor először találkozom egy pácienssel, legalább két órát eltöltünk együtt a konzultáción. Ezután határozzuk el, van-e dolgunk egymással, vagy sem. Ő is elhatározhatja, és én is, de csak akkor dolgozunk együtt, amikor két lelkes igen van bennünk. Ha van egy igen és egy oké, az nem működik. Általában azt mondom búcsúzóul, amikor kezdet fogunk, hogy ne határozza el magát túl gyorsan, hanem aludjon rá egyet. Reggel pedig írja le az álmát, mert sok minden történhetett a felszín alatt, és esetleg az álmai megmutatják az eldugott dolgokat. Akármennyire is gondolja racionálisan, hogy jó lenne neki a Feldmárhoz járnia, ha az álma esetleg azt mondja, vigyázzon, ez nem lesz jó, akkor hallgasson csak bátran az álmára! De hangsúlyozom, ez nem azt jelenti, hogy az álma határozza el, mit csinál. Mert nem lehet bízni az álomban sem, nem lehet bízni semmiben. Talán úgy gondoljuk, hogy az igazság megnyilvánul az álmainkban, és az álomban nem hazudunk magunknak. De nem így van. Álomban is lehet hazudni, és hipnózisban is. Annyira tehetségesek vagyunk, hogy részegen is tudunk hazud-

ni. Állítják, hogy borban az igazság, de hát ezt csak remélni lehet. Én találkoztam már olyan emberekkel, akik hazudnak, amikor részegek. Sőt olyanok is akadnak, akik hazudnak, amikor MDMA-t, LSD-t vesznek be. Minden tudatállapotban lehet hazudni. Hát nem csodálatos?

Ha valaki fél, amikor nincs mitől félni, azt a pszichiátriában paranoiának nevezik. De a nyelvben nincs szó az ellentettjére, hogy mi van olyankor, amikor valaki nem fél, pedig kellene. Még szó sincs rá. Ez kimondhatatlan, ez tabu. Nem szabad felébrednünk arra, hogy nem félünk, amikor félünk kellene. Erre nincs orvosság. Arra viszont, ha félünk, amikor a többiek azt mondják, nincs okunk rá, van gyógyszer. Sokszor nem tudjuk, nem vesszük észre, hová tartozik, honnan származik a félelem élménye. Talán egy emlék, ami hirtelen megjelenik, és észrevétlenül félelmetessé színezi az ártalmatlan jelent?

Azok, akikhez segítségért fordulunk, akkor sem mondják, hogy nem vagyunk örültek, hogyha félünk, amikor szerintük nincs ok a félelemre. Pedig csak összekeverjük az élményt, csak azt hisszük, a félelem ide tartozik a jelenhez. És nem merjük kimondani, hogy emlékeztet valamire. Nincs olyan

paranoiás, akit vagy most, vagy valamikor a múltban nem üldöztek. Senki sem őrlt. Mindenkit, akit őrltnek neveznek, valaki valamikor bántott. De arról nem beszélünk. Jobb őrltnek lenni, mint felfedezni a valóságot. Semmi nem történik csak úgy, mindig valaki tesz valakivel valamit. Úgy mesélünk az álmainkról, hogy ez meg az történt bennük. És nem szeretjük, ha valaki azt mondja, nem történik semmi. De azt nem mondjuk ki, ki kivel mit tett. A ködösítést, amit a „történt” teremt, angolul *mystification*nek nevezik, magyarul talán a félrevezetés, megtévesztés, ámitás felel meg ennek a legjobban.



– Én eddig úgy gondoltam, hogy a hazugságot valahogy a nyelvvel követjük el. Becsapjuk magunkat vele, és a tudati kontrollal vagyunk képesek elnyomni sok mindent, amit nem akarunk tudni. De ha bármi módon megszüntetjük ezt a kontrollt, és feloldjuk a nyelvi képességeinket is, akkor hogyan tudunk mégis hazudni? Hol lapul a hazugságunk? Talán valahol a félelmeinkben?

– A hazugság mindig friss, nem lapul, nem egy régi jön elő újra. Ha lapulna, akkor mindig ott lenne.